



Co-funded by  
the European Union



AGDISTIS

„AGDISTIS“ – EMOTIONALE INTELLIGENZ UND  
INTERVENTION BEI NICHT-NORMATIVEM VERHALTEN  
UND GESCHLECHTSSPEZIFISCHEM MOBBING.



# *Training Pills*

EMOTIONALE INTELLIGENZ MIT  
EINER GENDERPERSPEKTIVE



PROJEKTNUMMER: 2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Istituto d'Istruzione Superiore  
*Margherita Hack*



 Colegio  
Séneca  
S.Coop.And

 SKILL  
up  
CONSULTING TRAINING



## Editor

Denitsa Ivanova, VAEV R&D

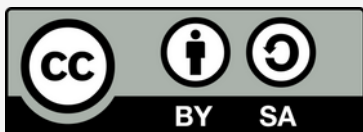
## Autorin

Victoria Shapkarina, INDEPCIE

Diese Veröffentlichung wurde mit finanzieller Unterstützung der Europäischen Kommission im Rahmen des Erasmus+-Projekts „AGDISTIS – Emotionale Intelligenz und Intervention bei nicht-normativem Verhalten und geschlechtsspezifischem Mobbing“, Nr. 2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432, durchgeführt.

© Februar 2024 – INDEPCIE, Mehmet Sinan Dereli Ortaaokulu, Skill Up Srl, VAEV R&D, Colegio Séneca S.C.A, Istituto d'Istruzione Superiore „Margherita Hack“.

## Namensnennung, Weitergabe unter gleichen Bedingungen



(CC BY-SA) : Es steht Ihnen frei, das Material zu teilen, d. h. zu kopieren und in jedem beliebigen Medium oder Format weiterzugeben, und es anzupassen, d. h. zu remixen, umzuwandeln und für jeden beliebigen Zweck, auch für kommerzielle Zwecke, zu nutzen. Der Lizenzgeber kann diese Freiheiten nicht widerrufen, solange Sie die Lizenzbedingungen unter den folgenden Bedingungen einhalten:

**Namensnennung** – Sie müssen angemessene Urheber- und Rechteangaben machen, einen Link zur Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Diese Angaben dürfen in jeder angemessenen Art und Weise gemacht werden, allerdings nicht so, dass der Eindruck entsteht, der Lizenzgeber unterstütze gerade Sie oder Ihre Nutzung besonders.

**Weitergabe unter gleichen Bedingungen** – Wenn Sie das Material remixen, verändern oder anderweitig direkt darauf aufbauen, dürfen Sie Ihre Beiträge nur unter derselben Lizenz wie das Original verbreiten.

**Keine weiteren Einschränkungen** – Sie dürfen keine zusätzlichen Klauseln oder technische Verfahren einsetzen, die anderen rechtlich irgendetwas untersagen, was die Lizenz erlaubt.

# Inhalt

---

Modulübersicht	3
1. Emotionale Intelligenz aus der Genderperspektive erforschen	4
2. Geschlechtssensible emotionale Intelligenz für pädagogisches Personal	9
3. Geschlechtssensibler Gefühlsausdruck für Schüler/-innen	14
4. Positive Psychologie und emotionales Management von Geschlechterkonflikten	20
25	25
Bemerkungen und Fazit	26
Verweise	



# Modulübersicht

---

Dieses Modul, „**Emotionale Intelligenz mit einer Genderperspektive**“, ist ein integraler Bestandteil des **NICHT-NORMATIVEN GENDER-TRAININGSPROGRAMMS FÜR LEHRERKRÄFTE**, das im Rahmen des Erasmus+ **AGDISTIS-Projekts** entwickelt wurde. Ziel ist es, Grundschul- und Sekundarschullehrpersonen das notwendige Wissen und die Informationen zu vermitteln, um in ihren Klassenzimmern integrative, respektvolle und vielfältige Lernumgebungen zu fördern.

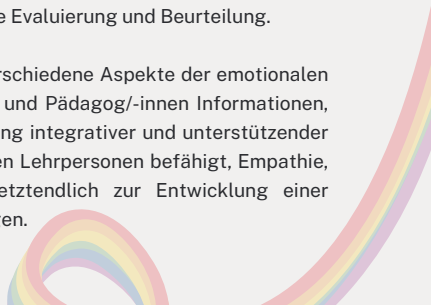
Das Hauptziel dieses Moduls besteht darin, das Verständnis der Lehrpersonen für emotionale Intelligenz im Kontext der Geschlechterdynamik zu vertiefen und sie zu befähigen, **nicht normatives Verhalten und geschlechtsspezifisches Mobbing** wirksam anzugehen. Pädagog/-innen werden in der Lage sein, positive soziale Interaktionen, emotionale Gesundheit und Geschlechtergleichheit ihrer Schüler/-innen besser zu fördern, wenn sie emotionale Intelligenz und eine Geschlechterperspektive in ihre Lehransätze integrieren.

## Lernziele:

- Verstehen Sie das Konzept der emotionalen Intelligenz und ihre Relevanz in Bildungsumgebungen.
- Erkennen Sie die Intersektionalität von emotionaler Intelligenz und Geschlechterdynamiken.
- Identifizieren Sie Strategien für den effektiven Umgang mit Geschlechterkonflikten im Klassenzimmer.
- Entwickeln Sie persönliche Ermächtigung und Selbstbewusstsein aus geschlechtersensibler Sicht.
- Implementieren Sie Ansätze zur Förderung gesunder und respektvoller Beziehungen zwischen den Schüler/-innen und berücksichtigen Sie dabei die Geschlechterperspektive.

In der nicht-normativen Geschlechterbildung wurden in den letzten Jahren große Fortschritte erzielt, auch wenn weltweit noch Herausforderungen bestehen. Die Gesetzgebung in verschiedenen Ländern zielt darauf ab, die **Gleichstellung der Geschlechter und die Berücksichtigung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt in der Bildung** zu fördern. Lücken in der Lehrkräfteausbildung, in inklusiven Lehrplänen und in der institutionellen Unterstützung behindern jedoch den Fortschritt. Die Folgen sind unter anderem negative Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Schüler/-innen, verpasste Chancen für eine positive Entwicklung und die Aufrechterhaltung von Diskriminierung und Stereotypen. Lösungen umfassen eine umfassende Lehrkräfteausbildung, Lehrplanintegration, die Einführung unterstützender Schulrichtlinien, die Einbindung von Eltern und der Gemeinschaft sowie eine kontinuierliche Evaluierung und Beurteilung.

Dieses Modul umfasst eine Reihe von Kapiteln, die verschiedene Aspekte der emotionalen Intelligenz aus einer Genderperspektive untersuchen und Pädagog/-innen Informationen, Strategien, Erkenntnisse und Ressourcen zur Schaffung integrativer und unterstützender Lernumgebungen bieten. Durch diese Schulung werden Lehrpersonen befähigt, Empathie, Verständnis und Akzeptanz zu fördern und so letztendlich zur Entwicklung einer gerechteren und integrativeren Gesellschaft beizutragen.



# 1

# EMOTIONALE INTELLIGENZ AUS DER GENDERPERSPEKTIVE ERFORSCHEN

## 1.1. Was ist emotionale Intelligenz?

- Emotionale Intelligenz (EI) bezeichnet die Fähigkeit, **die eigenen Emotionen zu erkennen, zu verstehen und zu steuern sowie die Emotionen anderer zu erkennen, zu verstehen und zu beeinflussen** (Goleman, 1995).
- Daniel Goleman, ein renommierter Psychologe und Wissenschaftsjournalist, stellte das Konzept der emotionalen Intelligenz (EI) in seinem bahnbrechenden Buch „Emotionale Intelligenz: Warum sie wichtiger sein kann als der IQ“ vor. Darin untersucht er, wie diese emotionalen Kompetenzen verschiedene Aspekte unseres Lebens – von persönlichen Beziehungen bis hin zum beruflichen Erfolg – tiefgreifend beeinflussen können.
- Diese Fähigkeiten können grob in fünf Kernkomponenten eingeteilt werden:

### 1 Selbst-wahrnehmung

1.Selbstwahrnehmung bedeutet, die eigenen Emotionen, Stärken, Schwächen, Werte und Ziele zu erkennen und zu verstehen. Es bildet die Grundlage der emotionalen Intelligenz, indem es Menschen Einblicke in ihre emotionalen Zustände und deren Auswirkungen auf ihre Gedanken und ihr Verhalten gewährt.



### Selbst-regulation

### 2

1.Selbstregulation bezeichnet die Fähigkeit, die eigenen Emotionen, Impulse und Verhaltensweisen in verschiedenen Situationen zu steuern und zu kontrollieren. Sie umfasst Techniken wie Stressmanagement, Impulskontrolle und Anpassungsfähigkeit, die es dem Einzelnen ermöglichen, auf herausfordernde Umstände überlegt und nicht impulsiv zu reagieren.



## 3 Motivation



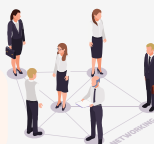
Motivation bedeutet, Emotionen zu nutzen, um zielgerichtetes Verhalten voranzutreiben und aufrechtzuerhalten. Dazu gehören Eigenschaften wie Optimismus, Belastbarkeit und die Fähigkeit, sinnvolle Ziele zu setzen und zu verfolgen, selbst wenn man mit Rückschlägen oder Hindernissen konfrontiert wird.



## Empathie

4

Empathie ist die Fähigkeit, die Gefühle und Ansichten anderer zu erkennen und zu verstehen. Dazu gehört, aufmerksam zuzuhören, auf nonverbale Signale zu achten und echte Anteilnahme und Verständnis für die Gefühle und Erfahrungen anderer zu zeigen.



## 5 Soziale Kompetenzen

Soziale Kompetenzen umfassen die Fähigkeit, effektiv zu kommunizieren, positive Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten, Konflikte zu lösen und mit anderen zusammenzuarbeiten. Dazu gehören Fähigkeiten wie Kommunikation, Teamarbeit, Führung und Einflussnahme auf andere, die für die Bewältigung sozialer Interaktionen und das Erreichen gemeinsamer Ziele unerlässlich sind.

## 1.2. Modelle der emotionalen Intelligenz

Während Golemans Modell der emotionalen Intelligenz großen Einfluss hatte, sind in der Psychologie auch andere Modelle entstanden, die jeweils eine einzigartige Perspektive auf das Konzept bieten. Dazu gehören:

**The Ability Model ("Fähigkeitenmodell"):** Dieses Modell betont emotionale Verarbeitungsfähigkeiten und geht davon aus, dass sich Individuen in ihrer Fähigkeit unterscheiden, Emotionen effektiv wahrzunehmen, zu verstehen und zu handhaben. Fähigkeitsmodelle identifizieren spezifische emotionale Kompetenzen wie emotionale Einschätzung,

Emotionsregulierung und emotionale Nutzung, von denen angenommen wird, dass sie zur allgemeinen emotionalen Intelligenz beitragen (Mayer, Salovey & Caruso, 2009).

**The Trait Model ("Eigenschaftsmodell"):** Dieses Modell konzentriert sich auf emotionale Dispositionen und geht davon aus, dass Individuen angeborene Tendenzen haben, Emotionen auf bestimmte Weise zu erleben und auszudrücken. Eigenschaftsmodelle identifizieren verschiedene emotionale Eigenschaften wie Verträglichkeit, Neurotizismus und Gewissenhaftigkeit, von denen angenommen wird, dass sie das emotionale Verhalten beeinflussen (Petrides & Furnham, 2001).



### 1.3. Jüngste Fortschritte in der Forschung zu emotionaler Intelligenz und Geschlechtervielfalt

In den letzten Jahren hat sich die Forschung zur emotionalen Intelligenz erheblich ausgeweitet. Es sind neue Modelle und Rahmen entstanden, die verschiedene Perspektiven berücksichtigen, darunter auch solche, die sich auf Geschlechtervielfalt und nicht-normatives Verhalten beziehen. Diese Fortschritte unterstreichen die Bedeutung des Verständnisses emotionaler Intelligenz im Kontext der Geschlechterdynamik und Inklusivität. Hier sind einige bemerkenswerte Fortschritte:

- **Das Vier-Zweige-Modell der emotionalen Intelligenz - Four-Branch Model of Emotional Intelligence (2017):** Dieses von Salovey und Mayer vorgeschlagene Modell verfeinert das Fähigkeitsmodell, indem es zwischen vier Zweigen der emotionalen Intelligenz unterscheidet: der Wahrnehmung, Bewertung, Regulierung und Nutzung von Emotionen. Dieses Modell bietet ein differenzierteres Verständnis emotionaler Kompetenzen und ihres Zusammenspiels, insbesondere im Hinblick darauf, wie Personen unterschiedlicher Geschlechtsidentitäten Emotionen in unterschiedlichen sozialen Kontexten steuern und ausdrücken, einschließlich nicht-normativem Verhalten.



- **Modell der emotionalen Intelligenz 2.0 (2020):** Dieses von Goleman entwickelte Modell erweitert sein ursprüngliches Modell, indem es neue Forschungsergebnisse einbezieht und die Bedeutung emotionaler Agilität betont, also der Fähigkeit, sich an veränderte emotionale Situationen anzupassen und effektiv darauf zu reagieren. Im Kontext der Geschlechtervielfalt unterstreicht dieses Modell die Notwendigkeit für Pädagogen, emotionale Agilität bei Schüler/-innen aller Geschlechtsidentitäten zu fördern und sie zu befähigen, komplexe emotionale Landschaften mit Belastbarkeit und Anpassungsfähigkeit zu bewältigen.
- **Modell der sozialen und emotionalen Intelligenz (2021):** Dieses von Lopes entwickelte Modell integriert emotionale Intelligenz mit sozialer Intelligenz und betont die Bedeutung des Verstehens und Verwaltens der eigenen Emotionen sowie der Emotionen anderer in sozialen Kontexten. In Bezug auf die Geschlechtervielfalt unterstreicht dieses Modell die Bedeutung von Empathie und Inklusivität bei der Förderung positiver sozialer Interaktionen zwischen Personen unterschiedlicher Geschlechtsidentitäten und fördert eine Kultur des Respekts und der Akzeptanz in Bildungseinrichtungen.
- **Das multidimensionale Modell der emotionalen Intelligenz (2022):** Dieses von Ciarrochi und Mayer entwickelte Modell unterstreicht die Vielschichtigkeit der emotionalen Intelligenz und umfasst ein breites Spektrum emotionaler Kompetenzen, die zur allgemeinen emotionalen Intelligenz beitragen. Im Rahmen der Geschlechtervielfalt betont dieses Modell die Notwendigkeit für Pädagog/-innen, die vielfältigen emotionalen Erfahrungen ihrer Schüler/-innen anzuerkennen, einschließlich derjenigen, die sich möglicherweise mit nicht-normativen Geschlechtsausdrücken identifizieren.

## 1.4. Welche Verbindung besteht zwischen emotionaler Intelligenz und der Genderperspektive?

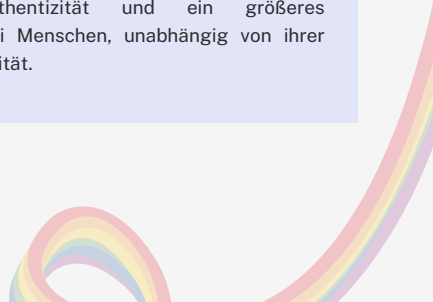
Bei der Untersuchung der **emotionalen Intelligenz (EI) anhand des Geschlechts** wird deutlich, dass gesellschaftliche Normen und Erwartungen maßgeblich beeinflussen, wie Emotionen je nach Geschlecht ausgedrückt, wahrgenommen und gehandhabt werden. Traditionelle Geschlechterrollen diktierten historisch unterschiedliche emotionale Normen für Männer und Frauen. Beispielsweise wurden Männer oft ermutigt, verletzliche Emotionen wie Traurigkeit oder Angst zu unterdrücken, während von Frauen erwartet wurde, Empathie und fürsorgliches Verhalten zu zeigen. Diese gesellschaftlichen Erwartungen prägen den emotionalen Ausdruck des Einzelnen und wirken sich auf die Entwicklung der emotionalen Intelligenz aus.



Darüber hinaus kann die Wahrnehmung emotionaler Intelligenz je nach Geschlechterstereotypen variieren. Eigenschaften wie Durchsetzungsvermögen und Entschlossenheit werden oft mit Männlichkeit assoziiert, während Fürsorge und Empathie typischerweise als weibliche Eigenschaften wahrgenommen werden. Diese **geschlechtsspezifischen Vorurteile** beeinflussen, wie emotionale Intelligenz in verschiedenen Kontexten und Kulturen bewertet und gewürdigt wird, und benachteiligen möglicherweise Personen, die nicht den traditionellen Geschlechternormen entsprechen.



Das Erkennen des Einflusses von Geschlechternormen auf die emotionale Intelligenz kann zu **umfassenderen und wirksameren Ansätzen** bei der emotionalen Entwicklung und Erziehung führen. Man kann ein breiteres Spektrum an emotionalen Kompetenzen und Handlungen entwickeln, indem man konventionelle Geschlechternormen erkennt und in Frage stellt. Diese umfassende Perspektive fördert eine größere emotionale Authentizität und ein größeres Wohlbefinden bei Menschen, unabhängig von ihrer Geschlechtsidentität.

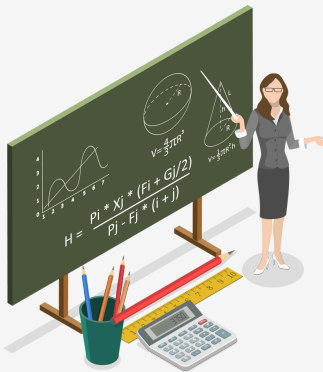




## 1.5. Wie beeinflusst die Genderperspektive den Bildungskontext?

Die Anwendung einer **Genderperspektive in Bildungseinrichtungen** offenbart die sich entwickelnde Landschaft, in der Geschlechterrollen und -erwartungen mit der Entwicklung emotionaler Intelligenz zusammentreffen. Historisch gesehen wurden Bildungsumgebungen von gesellschaftlichen Normen in Bezug auf Geschlecht beeinflusst, was sich auf Lehrmethoden, Lehrplaninhalte und Klassendynamik auswirkte.

Im Laufe der Zeit hat sich die **Art und Weise verändert, wie Geschlechterperspektiven in die Bildung integriert werden**. Traditionelle Geschlechterrollen, die einst die Bildungspraxis stark beeinflussten, werden in Frage gestellt. Das pädagogische Personal erkennt zunehmend, wie wichtig es ist, geschlechtsspezifische Unterschiede bei der Entwicklung der emotionalen Intelligenz anzuerkennen und zu berücksichtigen.



In der Pädagogik kann das Verständnis, wie das **Geschlecht den emotionalen Ausdruck und die Wahrnehmung beeinflusst**, die Unterrichtspraxis beeinflussen. Lehrkräfte werden ermutigt, integrative Lernumgebungen zu schaffen, die unterschiedlichen emotionalen Stilen und Vorlieben gerecht werden. Dies kann die Einführung von Lehrstrategien beinhalten, die auf unterschiedliche Lernbedürfnisse eingehen und Empathie und Verständnis bei den Schüler/-innen fördern.

Darüber hinaus wird bei der Lehrplanentwicklung ein geschlechtersensiblerer Ansatz verfolgt. Pädagog/-innen integrieren Inhalte, die **unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen** widerspiegeln, darunter auch solche, die mit der **Geschlechtsidentität und dem Ausdruck des Geschlechts** zusammenhängen.

Wenn Sie als Lehrperson mehr über bewährte Verfahren, Fallstudien und die erfolgreiche Umsetzung geschlechtersensibler Ansätze in der Bildung erfahren möchten, können Sie den **Leitfaden für bewährte Verfahren unseres AGDISTIS-Projekts** aufrufen, der auf unserer offiziellen Website (<https://agdistis.eu/>) verfügbar ist.

In diesem Leitfaden finden Sie eine Fülle von **Ressourcen und Beispielen**, wie Lehrkräfte auf der ganzen Welt Genderperspektiven in ihre Unterrichtspraxis integrieren. Sie erhalten auch Tipps, wie Sie Herausforderungen überwinden und in Ihrem eigenen Klassenzimmer eine **geschlechtergerechtere Lernumgebung** schaffen können.

## 2.1. Warum ist geschlechtersensible emotionale Intelligenz (EI) für pädagogisches Personal so wichtig?

Um einen Unterricht zu gestalten, der Vielfalt und Respekt für alle Schüler/-innen fördert, müssen die Lehrkräfte nicht nur sachkundig, sondern auch **emotional intelligent** sein. Eine geschlechtersensible emotionale Intelligenz ist für Lehrpersonen besonders wichtig, da sie dadurch die unterschiedlichen emotionalen Bedürfnisse und Erfahrungen ihrer Schüler/-innen verstehen und effektiv darauf reagieren können. In einem Klassenzimmer können die Schüler/-innen unterschiedliche Geschlechtsidentitäten und Hintergründe haben, welche unterschiedliche Emotionen, Herausforderungen und Perspektiven beinhalten.

Lehrpersonen können eine sichere und ermutigende Umgebung schaffen, in der sich alle Kinder respektiert und verstanden fühlen, indem sie sich der emotionalen Feinheiten bewusst sind, die mit dem Geschlecht verbunden sind. Dazu gehört es, **die mit der Geschlechtsidentität, dem Ausdruck und den Erfahrungen verbundenen Emotionen zu erkennen und zu bestätigen und gleichzeitig Stereotypen und Vorurteile in Frage zu stellen**, die zu Diskriminierung oder Ausgrenzung führen können. Darüber hinaus können Lehrkräfte mit geschlechtersensibler emotionaler Intelligenz Probleme wie geschlechtsspezifisches Mobbing, Diskriminierung und Belästigung effektiv angehen und eine Kultur des Respekts und der Akzeptanz im Klassenzimmer fördern.

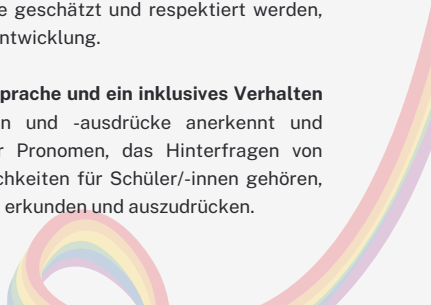


## 2.2. Vorbilder für Kinder: Mit gutem Beispiel vorangehen

Wenn es um die Förderung geschlechtersensibler emotionaler Intelligenz geht, können Pädagog/-innen als **Vorbilder** dienen, indem sie in ihrem eigenen Handeln und Umgang miteinander Empathie, Inklusivität und Respekt demonstrieren.

Eine Möglichkeit, wie Lehrkräfte mit gutem Beispiel vorangehen können, besteht darin, allen Schüler/-innen, unabhängig vom Geschlecht, **aktiv zuzuhören und ihre Gefühle und Erfahrungen zu berücksichtigen**. Indem Pädagog/-innen echtes Mitgefühl und Verständnis zeigen, zeigen sie den Schüler/-innen, dass ihre Gefühle geschätzt und respektiert werden, und schaffen so einen sicheren Raum für Ausdruck und Entwicklung.

Darüber hinaus können Pädagog/-innen eine **inklusive Sprache und ein inklusives Verhalten** vorleben, das unterschiedliche Geschlechtsidentitäten und -ausdrücke anerkennt und befürwortet. Dazu können die Verwendung inklusiver Pronomen, das Hinterfragen von Geschlechterstereotypen und die Schaffung von Möglichkeiten für Schüler/-innen gehören, ihre eigene Identität in einem unterstützenden Umfeld zu erkunden und auszudrücken.



## 2.3. Was sind die emotionalen Geschlechterstereotypen von Lehrpersonen?

Bevor wir uns mit den **besonderen Geschlechterstereotypen** befassen, die mit den Emotionen von Lehrkräften verbunden sind, ist es wichtig zu erkennen, dass Pädagog/-innen, genau wie ihre Schüler/-innen, nicht immun gegen die Auswirkungen von Stereotypen und Belästigung aufgrund des Geschlechts sind. In Bildungseinrichtungen können Lehrpersonen nicht nur von ihren Schüler/-innen, sondern auch von ihren Kolleg/-innen mit Kritik und Verurteilungen konfrontiert werden, was die Allgegenwärtigkeit von Geschlechterstereotypen innerhalb des Berufsstands unterstreicht. Lehrkräfte werden selbstbewusster, wenn sie diese Stereotypen identifizieren und verstehen können, was es ihnen ermöglicht, ihre eigenen Einstellungen und Handlungen in Bezug auf Geschlecht und emotionalen Ausdruck kritisch zu bewerten. Die Förderung integrativer und gerechter Praktiken im Klassenzimmer und darüber hinaus erfordert dieses Selbstbewusstsein.

Diese Stereotypen umfassen ein breites Spektrum an Geschlechtsidentitäten und -ausdrücken und spiegeln gesellschaftliche Normen und Erwartungen wider, die je nach Kultur und Gemeinschaft unterschiedlich sein können. Einige Beispiele für Geschlechterstereotypen im Zusammenhang mit Emotionen bei Lehrpersonen sind:

### Emotionaler Ausdruck



Lehrer, die sich als nichtbinär oder genderqueer identifizieren, können mit Stereotypen konfrontiert werden, die sie unter Druck setzen, binären Vorstellungen von emotionalem Ausdruck zu entsprechen. Beispielsweise kann von ihnen erwartet werden, entweder traditionell „männliche“ oder „weibliche“ emotionale Merkmale zu zeigen, unabhängig von ihren wahren Gefühlen und Erfahrungen. Ebenso können sich männliche Cisgender-Lehrkräften durch gesellschaftliche Erwartungen eingeschränkt fühlen, die den Ausdruck von Verletzlichkeit oder Sensibilität unterbinden, während von weiblichen Cisgender-Lehrkräften erwartet wird, dass sie fürsorgliches oder einfühlsames Verhalten zeigen.

### Führungsstile



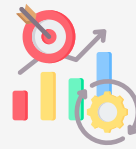
Geschlechterstereotype können die Wahrnehmung von Führungsstilen bei Pädagogen aller Geschlechter beeinflussen. Transgender-Lehrkräfte können beispielsweise Schwierigkeiten haben, ihre Autorität oder ihr Fachwissen durchzusetzen, wenn ihre Geschlechtsidentität als nicht mit den traditionellen Erwartungen an Führungsverhalten vereinbar wahrgenommen wird. Darüber hinaus kann die Annahme bestehen, dass Durchsetzungsvermögen in der Führung von Natur aus männlich sind, während kooperative oder empathische Ansätze als weiblich gelten, was die Möglichkeiten der Lehrpersonen einschränkt, ihr Führungspotenzial authentisch zum Ausdruck zu bringen.

## Umgang mit Konflikten



Lehrpersonen mit unterschiedlichen Geschlechtsidentitäten können mit Stereotypen in Bezug auf ihre Fähigkeit, Konflikte zu bewältigen oder sich in beruflichen Situationen durchzusetzen, konfrontiert werden. Geschlechtsnonkonforme Lehrkräfte können beispielsweise mit der Annahme konfrontiert werden, dass sie aufgrund ihres Geschlechtsausdrucks weniger in der Lage sind, zwischenmenschliche Konflikte zu bewältigen oder für sich selbst einzutreten. Darüber hinaus kann es Vorurteile geben, die Durchsetzungsvermögen mit Männlichkeit und Passivität mit Weiblichkeit assoziieren, was zu ungleichen Erwartungen daran führt, wie Pädagog/-innen unterschiedlichen Geschlechts mit Konfliktsituationen umgehen sollten.

## Karriereziele



Diese Stereotypen können sich auch auf die Wahrnehmung der Karriereziele und des Engagements für den Lehrerberuf bei Pädagogen aller Geschlechter auswirken. Agender- oder genderfluide Lehrkräfte können beispielsweise mit Stereotypen konfrontiert werden, die ihr Engagement für den Lehrerberuf in Frage stellen oder davon ausgehen, dass ihre Karriereziele im Vergleich zu denen ihrer Cisgender-Kolleg/-innen weniger klar definiert oder bedeutsam sind. Darüber hinaus kann es gesellschaftliche Erwartungen geben, die den Lehrerberuf mit Weiblichkeit gleichsetzen, was zu der Annahme führt, dass männliche Lehrkräfte weniger interessiert oder kompetent sind, fördernde Rollen innerhalb des Berufs auszuüben.



### 2.4. Entwicklung geschlechtersensibler emotionaler Intelligenz: Methoden für Lehrkräfte

Da wir uns nun stärker darüber im Klaren sind, dass das Eingreifen in **nicht normatives Verhalten und geschlechtsspezifisches Mobbing** die gesamte Bildungsgemeinschaft und nicht nur die Schüler/-innen betrifft, ist es an der Zeit, einige Methoden und Ansätze anzuwenden, die Inklusivität und Respekt unter Pädagog/-innen, Administrator/-innen, Managern, Eltern usw. fördern. Auf diese Weise stellen wir sicher, dass wir unseren Schüler/-innen nicht versehentlich geschlechtsspezifische Belästigung oder Vorurteile vermitteln.

Lassen Sie uns einige **spezifische Maßnahmen und Ansätze** untersuchen, die auf die unterschiedlichen Geschlechtsidentitäten und Erfahrungen in unseren Bildungseinrichtungen zugeschnitten sind und sich an den fünf Komponenten der emotionalen Intelligenz orientieren:

# Selbstreflexion und Wahrnehmung

## (SELBSTWAHRNEHMUNG)

Ermutigen Sie Lehrkräfte, administratives Personal und Eltern, Tagebuch zu führen oder reflektierende Schreibübungen zu machen, in denen sie ihre Ansichten und Vorurteile in Bezug auf Geschlecht und Emotionen untersuchen. Fördern Sie einen fortlaufenden Dialog über persönliche Erfahrungen und gesellschaftliche Einflüsse auf emotionale Wahrnehmungen.

Umsetzungsidee



Veranstalten Sie monatlich „Kaffeegespräche“, bei denen die Teilnehmenden persönliche Anekdoten oder Überlegungen darüber austauschen, wie ihre Erziehung und ihr kultureller Hintergrund ihre Ansichten zu Geschlecht und Emotionen geprägt haben. Ermutigen Sie zum Geschichtenerzählen und aktiven Zuhören, um die Selbstwahrnehmung und die Empathie zu stärken.

# Inklusive Sprache und Verhalten

## (SELBSTREGULATION)

Führen Sie Rollenspiele in Mitarbeiterbesprechungen durch, um zu üben, in Situationen, in denen Geschlechtervielfalt eine Rolle spielt, mit Empathie und Inklusivität zu reagieren. Geben Sie konstruktives Feedback, um die Kommunikationsfähigkeiten zu verfeinern und eine bewusste Selbstregulation zu fördern.

Simulieren Sie in einem Rollenspielszenario eine Situation, in der ein Schüler einem Lehrer seine bevorzugten Pronomen mitteilt. Ermutigen Sie die Lehrkräfte, respektvoll und zustimmend zu reagieren, aktives Zuhören zu demonstrieren und die Identität des Schülers anzuerkennen.

Umsetzungsidee



# Dialog und Zusammenarbeit

## (SOZIALE FÄHIGKEITEN)

Organisieren Sie abteilungsübergreifende „Diversity Circles“, in denen Pädagog/-innen, administratives Personal und Eltern zusammenarbeiten, um integrative Strategien und Lehrmaterialien zu entwickeln. Fördern Sie einen offenen Dialog und Konsensbildung, um ein Gefühl gemeinsamer Verantwortung zu fördern.

Umsetzungsidee



Rufen Sie einen Diversity Circle zusammen, der sich darauf konzentriert, den Gesundheitslehrplan der Schule zu aktualisieren, um unterschiedliche Geschlechtsidentitäten und -ausdrücke stärker einzubeziehen. Fördern Sie Brainstorming-Sitzungen und Diskussionen in kleinen Gruppen, um Input und Perspektiven verschiedener Interessengruppen zu sammeln.



# Interessenvertretung und Verbündete

## (MOTIVATION)

Implementieren Sie ein Anerkennungsprogramm, das Pädagog/-innen würdigt, die sich vorbildlich für die Förderung von Geschlechtervielfalt und Inklusion einsetzen. Erkennen und belohnen Sie proaktive Bemühungen zur Schaffung einer gerechteren Lernumgebung und motivieren Sie sie so zu anhaltendem Engagement.

*Richten Sie einen jährlichen „Inclusive Educator Award“ ein, um Lehrkräfte zu ehren, die außergewöhnliches Engagement für die Förderung einer geschlechtergerechten Schulkultur gezeigt haben. Heben Sie die Leistungen der Preisträger/-innen durch schulweite Ankündigungen und öffentliche Anerkennungszeremonien hervor, um andere zu inspirieren.*



## Positive Vorbildfunktion

### (EMPATHIE)

Entwickeln Sie eine Videoserie mit dem Titel „Stimmen der Inklusion“ mit Interviews mit Pädagog/-innen, administrativem Personal und Eltern, die ihre Erfahrungen mit der Akzeptanz von Geschlechtervielfalt und der Förderung von Empathie teilen. Heben Sie unterschiedliche Perspektiven und Erfahrungen hervor, um Empathie und Verständnis zu fördern.



*Produzieren Sie ein Video, in dem Lehrpersonen vorgestellt werden, die innovative Ansätze zur Förderung geschlechtergerechter Praktiken in ihren Klassenzimmern umgesetzt haben. Führen Sie offene Interviews, in denen Lehrkräfte über die Herausforderungen sprechen, mit denen sie konfrontiert waren, und die Auswirkungen ihrer Bemühungen auf das emotionale Wohlbefinden der Schüler/-innen.*



Der Prozess der Entwicklung einer **geschlechtersensiblen emotionalen Intelligenz innerhalb der Bildungsgemeinschaft** ist von entscheidender Bedeutung, um tief verwurzelte Geschlechterstereotype zu überwinden und ein integratives Umfeld zu fördern.

Lehrpersonen, die sich aktiv mit **Selbstreflexion** beschäftigen, können ihre eigenen Vorurteile erkennen und hinterfragen, was zu einer gerechteren Behandlung aller Schüler/-innen führt. Durch **Selbstregulation** können sie eine inklusive Sprache und ein inklusives Verhalten vorleben und Respekt für unterschiedliche Geschlechtsidentitäten zeigen. Indem sie Dialog und Zusammenarbeit fördern, fördern sie eine Kultur der **offenen Kommunikation und des gegenseitigen Respekts** in der gesamten Bildungsgemeinschaft. Wenn Pädagog/-innen sich für Geschlechtervielfalt und Inklusion einsetzen, **inspirieren sie außerdem andere, dasselbe zu tun**, und erzeugen so einen Welleneffekt, der über das Klassenzimmer hinausgeht. Sie tragen zur Schaffung einer Atmosphäre bei, in der sich jede und jeder geschätzt und respektiert fühlt, indem sie als großartige **Vorbilder** fungieren und **Empathie** für alle Schüler/-innen und Mitarbeitenden zeigen.



## 3.1. Erziehung von Kindern aus einer geschlechtersensiblen Perspektive des emotionalen Ausdrucks

Emotionale Intelligenz (EI) ist für die gesunde Entwicklung von Kindern von entscheidender Bedeutung und beeinflusst ihre sozialen Interaktionen, ihre schulischen Leistungen und ihr allgemeines Wohlbefinden. Emotionale Intelligenz beinhaltet die Fähigkeit, die eigenen Emotionen sowie die anderer zu erkennen, zu verstehen und zu kontrollieren. Wenn Lehrpersonen einen geschlechtersensiblen Ansatz beim Unterrichten von EI verfolgen, unterstützen sie die Entwicklung der emotionalen Fähigkeiten von Kindern auf eine Weise, die unterschiedliche Geschlechtsidentitäten anerkennt und bestätigt.

Das Verständnis von Kindern hinsichtlich ihrer **Geschlechtsidentität** und der Art und Weise, wie sie diese ausdrücken, hat sich im Laufe der Zeit weiterentwickelt. Traditionell folgten gesellschaftliche Normen einer **binären Sichtweise auf Geschlecht**, bei der Personen strikt als männlich oder weiblich kategorisiert wurden. In der heutigen, zunehmend vielfältigen Gesellschaft erkennen wir jedoch eine **reiche Vielfalt an Geschlechtsidentitäten**, die weit über den binären Rahmen hinausgehen. Dazu gehören nichtbinäre, genderqueere, genderfluide, agendere, bigendere, pangendere und andere Identitäten. Jede dieser Identitäten stellt einen einzigartigen und gültigen Ausdruck des Geschlechts dar, der Anerkennung und Respekt verdient.

Untersuchungen zeigen, dass gesellschaftliche Erwartungen in Bezug auf das Geschlecht die emotionale Entwicklung von Kindern erheblich beeinflussen können. Diese Erwartungen können zu einer Unterdrückung oder Überexpression von Emotionen aufgrund von Geschlechternormen führen, was sich auf die **psychische Gesundheit** und **zwischenmenschliche Beziehungen** auswirken kann. Lehrpersonen, die diese Einflüsse erkennen, können Maßnahmen ergreifen, um sicherzustellen, dass alle Kinder ein ausgeglichenes und gesundes emotionales Profil entwickeln.

## 3.2. Mit welchen emotionalen Geschlechterstereotypen können unsere Schülerinnen und Schüler im Alltag konfrontiert werden?

Ähnlich wie Lehrpersonen sind Schüler/-innen in Bildungseinrichtungen mit einer Vielzahl von **Geschlechterstereotypen und Vorurteilen** konfrontiert. Während Lehrkräfte über ein gewisses Maß an emotionaler Reife und Selbstregulation verfügen, das die Auswirkungen dieser Stereotypen abmildern kann, stehen Schüler/-innen, insbesondere jüngere, aufgrund ihres Alters und Entwicklungsstadiums vor besonderen Herausforderungen.



Gerade weil solche Kommentare die Schüler/-innen emotional stärker berühren, ist es für Pädagog/-innen wichtig, sich der **Stereotypen und Vorurteile** bewusst zu sein, denen Schüler/-innen mit nicht-normativem Verhalten und Geschlechtsausdruck begegnen können. Das Verständnis dieser Herausforderungen ermöglicht es Pädagog/-innen, eine unterstützendere und integrativere Lernumgebung zu schaffen.

Lassen Sie uns einige dieser **Stereotypen** untersuchen, mit denen Schüler/-innen konfrontiert werden können:

## *Erwartungen an den Ausdruck von Emotionen*

Schüler/-innen, die sich als nichtbinär oder genderqueer identifizieren, können dem Druck ausgesetzt sein, binären Vorstellungen des Gefühlsausdrucks entsprechen zu müssen. Beispielsweise kann ein nichtbinärer Schüler, der Emotionen zeigt, die typischerweise mit Weiblichkeit assoziiert werden, wie etwa Verletzlichkeit oder Empathie, Kritik oder Spott von Mitschüler/-innen ausgesetzt sein, die von ihm erwarten, dass die Person sich an männliche Gefühlsnormen hält.



## *Stigmatisierung der Sensibilität*

Schüler/-innen mit unterschiedlicher Geschlechtsidentität können Stigmatisierung und Diskriminierung erfahren, wenn sie Gefühle ausdrücken, die traditionellen Geschlechternormen widersprechen. Beispielsweise kann ein genderfluider Schüler, der schwankende Gefühlszustände erlebt, Ablehnung oder Missverständnisse von Klassenkameraden erfahren, die Schwierigkeiten haben, seine Fluidität im Gefühlsausdruck zu verstehen.

## *Widerstand gegen Gender-Nonkonformität*

Schüler/-innen, die ihre Geschlechtsidentität auf eine Art und Weise zum Ausdruck bringen, die gesellschaftlichen Erwartungen widerspricht, können auf Widerstand oder Feindseligkeit seitens ihrer Mitschüler/-innen stoßen.

Beispielsweise kann ein Transgender-Schüler, der seine Geschlechtsidentität authentisch durch seine Kleidung, Frisur oder sein Benehmen präsentiert, Mobbing oder Belästigung durch Mitschüler/-innen ausgesetzt sein, die dieses Auftreten als von den gesellschaftlichen Normen abweichend empfinden.



## *Wahrnehmung von Geschlechterrollen*



Schüler/-innen mit unterschiedlicher Geschlechtsidentität können mit Stereotypen in Bezug auf ihre akademischen Interessen und Fähigkeiten konfrontiert werden. So kann beispielsweise ein geschlechtsnonkonformer Schüler/-innen, der in traditionell maskulinen Fächern wie Mathematik oder Naturwissenschaften hervorsticht, auf Skepsis oder Unglauben von Lehrpersonen und Klassenkamerad/-innen stoßen, die starre Vorstellungen über Geschlecht und akademische Leistung haben.



### 3.3. Geschlechtsspezifische Voreingenommenheit und emotionale Intelligenz: Wie können Schüler/-innen Geschlecht und Emotionen wahrnehmen und ausdrücken?

Während der Kindheit und Jugend ist die Auseinandersetzung mit der Geschlechtsidentität und der emotionalen Intelligenz eine tiefgreifende und transformierende Erfahrung. In diesen Phasen entwickeln die Schüler/-innen ein tieferes Verständnis davon, wer sie sind, einschließlich ihrer **Geschlechtsidentität und Sexualität**, die oft mit ihrer Gefühlswelt verknüpft ist. Wenn man darüber nachdenkt, wie Schüler/-innen ihr Geschlecht und ihre Gefühle wahrnehmen und ausdrücken, wird sowohl die Komplexität dieses Prozesses als auch die **Bedeutung unterstützender Lernumgebungen** deutlich.

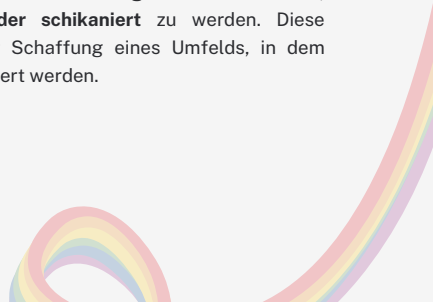


Dieser Zeitraum stellt eine wichtige Phase der **Selbstfindung** dar, in der die Schüler/-innen nicht nur herausfinden, was ihnen persönlich gefällt und was nicht, sondern auch beginnen, ihre **sexuelle Orientierung und Geschlechtsidentität** zu verstehen.

Schüler/-innen erforschen oft ihre Geschlechtsidentitäten, die möglicherweise nicht mit den traditionellen binären Vorstellungen von männlich und weiblich übereinstimmen. Diese Erkundung kann zur Entdeckung **unterschiedlicher Identitäten** wie nichtbinär, genderqueer, genderfluid und anderen führen. Das Verstehen und Akzeptieren dieser Identitäten ist in dieser Phase von entscheidender Bedeutung, da die Schüler/-innen **Bestätigung und Anerkennung** von ihren Mitschüler/-innen, ihrer Familie und der Gesellschaft suchen.

Diese Reise geht oft mit der **Entdeckung der eigenen Sexualität** einher und fügt ihrer **Gefühlswelt** eine weitere Ebene der Komplexität hinzu. Für viele Schüler/-innen ist diese Zeit mit Gefühlen der Angst, Ablehnung oder Verwirrung verbunden, insbesondere wenn sie negative Reaktionen ihrer Familien oder Freunde befürchten.

In Familien, in denen traditionelle Geschlechternormen tief verwurzelt sind, fällt es Schüler/-innen möglicherweise schwer, ihre wahre Identität zu kommunizieren. **Angst vor Enttäuschung oder Ablehnung** durch Familienmitglieder kann zu **emotionaler Unterdrückung oder Stress** führen. Ebenso kann der Umgang mit Freund/-innen mit **Ängsten** verbunden sein, wenn Schüler/-innen befürchten, **missverstanden oder schikaniert** zu werden. Diese Herausforderungen unterstreichen die Bedeutung der Schaffung eines Umfelds, in dem offene Kommunikation und emotionaler Ausdruck gefördert werden.



Darüber hinaus ist die **Wahl geschlechtsspezifischer Pronomen** ein wichtiger Aspekt dieses Selbstfindungsprozesses. Für viele Schüler/-innen ist die Wahl von Pronomen, die mit ihrer Geschlechtsidentität übereinstimmen, ein wichtiger Schritt zur **Selbstbestätigung**. Diese Wahl kann jedoch auch Angst vor **falscher Geschlechtszuweisung oder Nichtakzeptanz** durch andere hervorrufen. Die Angst vor der Verwendung korrekter Pronomen unterstreicht, wie wichtig es ist, in Bildungseinrichtungen eine Kultur des Respekts und des Verständnisses zu fördern.

Schüler/-innen, die sich nicht unterstützt fühlen, greifen möglicherweise auf ungesunde Bewältigungsmechanismen zurück oder ziehen sich emotional zurück. Umgekehrt entwickeln diejenigen, die ermutigt werden, ihre Identität und Gefühle offen auszudrücken, eher ein starkes Selbstbewusstsein und emotionale Intelligenz.

Wie gut Schüler/-innen mit diesen Situationen umgehen, hängt stark von ihrer emotionalen Intelligenz ab, da sie darin besteht, die eigenen Emotionen zu erkennen, die Emotionen anderer zu verstehen und effektiv und einfühlsam zu kommunizieren.

Deshalb ist die Rolle der Lehrpersonen bei der Schaffung einer **Umgebung der Akzeptanz und Unterstützung** von entscheidender Bedeutung. Sie müssen den Schulkindern dabei helfen, diese komplexen Emotionen und Erfahrungen mit Selbstvertrauen und Belastbarkeit zu verarbeiten.



### 3.4. Entwicklung geschlechtersensibler emotionaler Intelligenz: Methoden für den Einsatz bei Schulkindern

So wie wir als Lehrpersonen Methoden kennen, um die emotionale Intelligenz bei uns selbst zu fördern, müssen wir auch Methoden finden, um diese Fähigkeiten bei unseren Schulkindern zu fördern und ihnen so dabei zu helfen, diese Phasen zu durchlaufen. Zu diesem Zweck sollten wir ein integratives Umfeld schaffen, das die Entwicklung emotionaler Intelligenz fördert, **ohne jedoch restriktive Geschlechternormen aufzuerlegen**.

Hier sind mehrere Methoden, um dies zu erreichen:

## *Schaffen Sie eine inklusive Unterrichtsumgebung*

### **Pronomen & Namen**

Verwenden Sie immer die von den Schulkindern gewählten Namen und Pronomen. Diese Vorgehensweise bestätigt ihre Identität und fördert ein Zugehörigkeitsgefühl.

### **Vielfältige Vertretung**

Nehmen Sie Bücher, Medien und Ressourcen in die Sammlung auf, die ein breites Spektrum an Geschlechtsidentitäten und -ausdrücken repräsentieren. Dies hilft den Schulkindern, sich selbst im Material wiederzuerkennen.

### **Inklusive Sprache**

Verwenden Sie nach Möglichkeit geschlechtsneutrale Sprache. Verwenden Sie statt „Jungen und Mädchen“ lieber Begriffe wie „Schulkinder“ oder „alle“.



## *Emotionale Kompetenz vermitteln*

### **Emotionsidentifikation**

Helfen Sie den Schulkindern, ihre Emotionen zu erkennen und richtig zu benennen. Verwenden Sie Hilfsmittel wie Emotionsdiagramme oder Tagebücher, um diesen Prozess zu erleichtern.

### **Rollenspiel-Szenarien**

Beteiligen Sie die Schulkinder an Rollenspielen, in denen unterschiedliche emotionale Reaktionen auf unterschiedliche Situationen untersucht werden. Dies kann Szenarien mit geschlechtsspezifischen Herausforderungen umfassen.

### **Achtsamkeitsübungen**

Integrieren Sie Achtsamkeitsübungen, um den Schulkindern zu helfen, sich ihrer Emotionen bewusster zu werden und Strategien zu entwickeln, um mit ihnen umzugehen.



## *Fördern Sie eine offene Kommunikation*

### **Sichere Räume**

Schaffen Sie sichere Räume, in denen sich die Schulkinder wohl fühlen und ihre Gefühle und Erfahrungen teilen können, ohne Angst vor Verurteilung haben zu müssen.

### **Aktives Zuhören**

Bringen Sie den Schulkindern aktives Zuhören bei und zeigen Sie ihnen, wie sie zuhören. Ermutigen Sie sie, einander mit Empathie und ohne Unterbrechung zuzuhören.

### **Selbsthilfegruppen**

Bilden Sie Selbsthilfegruppen, in denen die Schulkinder ihre Erfahrungen austauschen und sich gegenseitig Unterstützung und Verständnis bieten können.



## *Fördern Sie die Selbstverwirklichung*

### **Kreative Outlets**

Ermutigen Sie die Schulkinder, ihre Gefühle und Identität durch Kunst, Musik, Schreiben und andere kreative Aktivitäten auszudrücken.

### **Persönliche Projekte**

Ermöglichen Sie den Schulkindern, Projekte durchzuführen, die Aspekte ihrer Identität erkunden, wie etwa das Erstellen einer persönlichen Erzählung oder einer Collage zur Geschlechtsidentität.

### **Kleidung & Auftritt**

Unterstützen Sie die Schulkinder dabei, sich durch die Wahl ihrer Kleidung und ihres Aussehens auszudrücken, ohne traditionelle Geschlechternormen durchzusetzen.



## *Informieren Sie sich über Geschlecht und emotionale Intelligenz*

### **Workshops & Seminare**

Organisieren Sie Workshops über Geschlechtervielfalt und die Bedeutung von emotionaler Intelligenz. Diskutieren Sie auch über Stereotypen und ihre Auswirkungen auf das emotionale Wohlbefinden.

### **Expert/-innen**

Laden Sie Expert/-innen mit unterschiedlichem Geschlechterhintergrund ein, um ihre Erfahrungen und Erkenntnisse mit den Schulkindern zu teilen.

### **Gemeinsames Lernen**

Beteiligen Sie Ihre Schulkinder an Gruppenaktivitäten, die Kooperation und Kommunikation erfordern, und fördern Sie so ein tieferes Verständnis für die Sichtweisen der anderen.



## *Inklusives Verhalten vorleben*

### **Selbstreflexion für Lehrpersonen**

Lehrkräfte sollten ständig über ihre eigenen Vorurteile nachdenken und danach streben, integratives Verhalten vorzuleben. Dazu gehört, auf Sprache und Handlungen zu achten, die unabsichtlich Geschlechterstereotype verstärken könnten.

### **Inklusive Richtlinien**

Setzen Sie sich für eine Schulpolitik ein, die die Geschlechtervielfalt fördert und vor Diskriminierung und Mobbing schützt.

## 4.1. Was ist Positive Psychologie und ihr Zusammenhang mit emotionaler Intelligenz?

Positive Psychologie ist ein Zweig der Psychologie, der sich auf das Studium und die Förderung **positiver Aspekte des menschlichen Lebens** wie Glück, Wohlbefinden und persönliches Wachstum konzentriert. Sie betont die Stärken, Tugenden und Faktoren, die es Einzelpersonen und Gemeinschaften ermöglichen, die beste Version ihrer selbst zu werden. Im Gegensatz zur traditionellen Psychologie, die sich oft auf Pathologie und psychische Krankheiten konzentriert, versucht die positive Psychologie zu verstehen, was das Leben lebenswert macht und wie Menschen ein erfülltes und sinnvolles Leben führen können.

Der Schwerpunkt verlagert sich von der bloßen Behandlung psychischer Erkrankungen auf die Förderung von **Wohlbefinden und Glück**. Dabei werden die Faktoren untersucht, die zu einem erfüllten und sinnvollen Leben beitragen, wobei Stärken, Tugenden und positive Erfahrungen hervorgehoben werden. Dieser Ansatz ergänzt die emotionale Intelligenz, indem er die Fähigkeit der Menschen verbessert, ihre positiven Eigenschaften zu erkennen und zu nutzen, um Emotionen zu steuern, Widerstandsfähigkeit aufzubauen und gesunde Beziehungen zu pflegen.

Zu den Schlüsselkonzepten der positiven Psychologie gehören:

- **Wohlbefinden und Glück:** Subjektives Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit verstehen und steigern.
- **Stärken und Tugenden:** Erkennen und Entwickeln persönlicher Stärken und Tugenden wie Belastbarkeit, Optimismus und Dankbarkeit.
- **Positive Beziehungen:** Aufbau und Pflege gesunder, unterstützender Beziehungen.
- **Sinn und Zweck:** Durch persönliches und berufliches Engagement Zweck und Bedeutung im Leben finden.



Der **Zusammenhang zwischen positiver Psychologie und emotionaler Intelligenz** ist wesentlich und verstärkt sich gegenseitig. Beide Bereiche konzentrieren sich auf die Förderung von Selbstbewusstsein, Empathie und effektiver Kommunikation, die für das persönliche und zwischenmenschliche Wohlbefinden unerlässlich sind. Die positive Psychologie bietet Strategien zur Entwicklung positiver Emotionen und Stärken, die die emotionale Intelligenz direkt steigern.



So hilft beispielsweise die Betonung von Dankbarkeit und Optimismus in der Positiven Psychologie den Menschen, eine positive Einstellung zu bewahren, was es ihnen erleichtert, ihre Emotionen zu kontrollieren und konstruktiv auf Herausforderungen zu reagieren. Indem sie auf diesen positiven Eigenschaften aufbauen, können Schulkinder eine größere emotionale Belastbarkeit und Stabilität entwickeln, die entscheidende Komponenten der emotionalen Intelligenz sind.

Darüber hinaus ist der Fokus der Positiven Psychologie auf positive Beziehungen eng mit dem Aspekt der sozialen Kompetenzen der emotionalen Intelligenz verknüpft. Unsere Schulkinder können ihre Fähigkeit zu Empathie und Bindung zu anderen steigern und so ihre allgemeine soziale und emotionale Kompetenz stärken, indem sie sich Wissen aneignen, um positive und gesunde Interaktionen zu fördern.

## 4.2. In welchen geschlechtersensiblen Szenarien können wir Positive Psychologie in der Schule einsetzen?

Positive Psychologie kann in verschiedenen geschlechtersensiblen Szenarien, denen Kinder und Jugendliche in der Schule begegnen können, wirksam eingesetzt werden. Hier sind einige Beispiele, bei denen die positive Psychologie eine wichtige Unterstützung sein kann:

### SZENARIO

#### Umgang mit Mobbing und Belästigung

Ein Schulkind, das sich als nichtbinär oder transgener identifiziert, wird von Mitschüler/innen gemobbt oder belästigt.

Mithilfe der positiven Psychologie kann die Belastbarkeit und das Selbstwertgefühl des Betroffenen gestärkt werden. Indem das Schulkind sich auf seine Stärken konzentriert und ein positives Selbstbild fördert, kann es die emotionale Stärke entwickeln, mit negativen Erfahrungen umzugehen. Gruppenaktivitäten, die Freundlichkeit und Respekt fördern, können ebenfalls organisiert werden, um ein integrativeres und unterstützenderes Schulumfeld zu schaffen.

### SZENARIO

Jugendliche, die ihre Geschlechtsidentität erkunden, können hinsichtlich ihrer Gefühle und der Reaktionen ihrer Mitmenschen Verwirrung und Stress erleben.

#### Erforschung der Geschlechtsidentität

Die positive Psychologie betont die Bedeutung von Sinn und Zweck. Schulen können Workshops und Selbsthilfegruppen anbieten, die Schulkindern helfen, ihr Selbstbewusstsein zu finden und auszudrücken. Die Förderung der Verwendung von Tagebüchern oder kreativen Projekten kann es Schulkindern auch ermöglichen, ihre Identität in einer sicheren und unterstützenden Umgebung zu erkunden und auszudrücken.

## SZENARIO

Mit Ablehnung  
oder mangelnder  
Akzeptanz  
umgehen

Ein Schüler outet sich gegenüber Freunden oder Familie als LGBTQ+ und erfährt Ablehnung oder mangelnde Akzeptanz.

Stärken und Tugenden wie Belastbarkeit und Optimismus können durch Beratung und positive Verstärkung gefördert werden. Schulen können Beratungsdienste anbieten, die Schulkindern helfen, sich auf ihre inneren Stärken zu konzentrieren und Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Unterstützungsnetzwerke innerhalb der Schule, wie LGBTQ+-Allianzen, können ein Gefühl von Gemeinschaft und Zugehörigkeit vermitteln.

## SZENARIO

Schulkinder, die sich nicht an traditionelle Geschlechternormen halten, werden von Gleichaltrigen oder Lehrern stereotypisiert oder geschlechtsspezifisch diskriminiert.

Bekämpfung von  
Stereotypen und  
Geschlechtervor-  
urteilen

Mithilfe der positiven Psychologie können Schulkinder und Lehrkräfte für die Bedeutung von Vielfalt und Inklusivität sensibilisiert werden. Workshops und Seminare, die den Wert unterschiedlicher Stärken und Perspektiven hervorheben, können Vorurteile abbauen. Aktivitäten, die Empathie und Verständnis fördern, wie Rollenspiele und Geschichtenerzählen, können Schulkindern helfen, unterschiedliche Geschlechtsidentitäten und -ausdrücke wertzuschätzen.

## SZENARIO

Unterstützung der  
psychischen  
Gesundheit im  
Zusammenhang mit  
Geschlechterfragen

Ein Schüler leidet unter Ängsten oder Depressionen im Zusammenhang mit seiner Geschlechtsidentität oder sexuellen Orientierung.

Die positive Psychologie konzentriert sich auf Wohlbefinden und Glück und kann Praktiken wie Achtsamkeits- und Dankbarkeitsübungen einführen, um die psychische Gesundheit zu verbessern. Wenn man Schulkinder dazu ermutigt, sich an Aktivitäten zu beteiligen, die ihnen Freude und Erfüllung bringen, kann dies dazu beitragen, ihren Fokus von Stressfaktoren auf positive Erfahrungen zu verlagern. Schulen können auch Aufklärung über psychische Gesundheit in den Lehrplan integrieren, um das allgemeine Wohlbefinden zu fördern.

## SZENARIO

Eine Schülerin fühlt sich aufgrund ihrer Geschlechtsidentität isoliert oder ausgeschlossen.

Förderung  
integrativer  
Beziehungen unter  
Gleichaltrigen

Positive Beziehungen sind die Grundlage der positiven Psychologie. Schulen können Peer-Mentoring-Programme erstellen und Gruppenaktivitäten ermöglichen, die Vertrauen und Kameradschaft unter den Schulkindern aufbauen. Die Förderung gemeinsamer Projekte und integrativer gesellschaftlicher Veranstaltungen kann Schulkindern helfen, unterstützende Freundschaften zu schließen und ihre soziale und emotionale Kompetenz zu verbessern.

### 4.3. Emotionales Management geschlechtsbezogener Konflikte in der Schule

Die zuvor besprochenen Szenarien können zu **geschlechtsspezifischen Konflikten** bei Kindern oder Jugendlichen führen. Daher ist es wichtig zu verstehen, wie diese Konflikte emotional bewältigt werden können. Der **emotionale Umgang mit geschlechtsspezifischen Konflikten** beinhaltet das Erkennen, Verstehen und Ansprechen der emotionalen Dimensionen von Streitigkeiten oder Missverständnissen im Zusammenhang mit Geschlechtsidentität und -ausdruck. Dieser Ansatz löst nicht nur den unmittelbaren Konflikt, sondern fördert auch langfristige emotionale Belastbarkeit und Wohlbefinden.

Geschlechtskonflikte entstehen oft aus Missverständnissen, Vorurteilen oder mangelndem Bewusstsein für unterschiedliche Geschlechtsidentitäten. Diese Konflikte können sich auf verschiedene Weise äußern, beispielsweise durch **Mobbing, Ausgrenzung, verbale oder sogar körperliche Auseinandersetzungen**. Um diese Konflikte effektiv zu bewältigen, müssen sowohl Schüler/-innen als auch Lehrpersonen Fähigkeiten in den Bereichen emotionale Intelligenz, Empathie und Konfliktlösung entwickeln.



Erstens ist es wichtig, die **Emotionen zu erkennen**, die mit Geschlechterkonflikten einhergehen, sowohl die der direkt beteiligten Personen als auch die der Umstehenden oder anderer von der Situation Betroffener. Das Verständnis der spezifischen Vorfälle oder Kommentare, die emotionale Reaktionen im Zusammenhang mit der Geschlechtsidentität auslösen, ist entscheidend, um die **Grundursache des Konflikts anzugehen**.

Der Aufbau von **Empathie und die Fähigkeit des Perspektivenwechsels** sind wichtige Bestandteile des emotionalen Managements. Wenn man die Schulkinder dazu ermutigt, sich **in die Lage anderer zu versetzen**, hilft ihnen das zu verstehen, wie ihre Handlungen oder Worte sich auf andere auswirken könnten, und fördert so gegenseitiges Verständnis. **Aktives Zuhören** ist ebenfalls von entscheidender Bedeutung, da es sicherstellt, dass sich alle Beteiligten gehört und respektiert fühlen, indem sie ohne Unterbrechung zuhören und die Emotionen und Perspektiven anderer anerkennen.





**Effektive Kommunikationsfähigkeiten** sind ein weiterer wichtiger Aspekt. Die Förderung des Einsatzes **gewaltfreier Kommunikationstechniken** hilft Schulkindern, ihre Gefühle und Bedürfnisse ohne Schuldzuweisungen oder Urteile auszudrücken, was zur **Deeskalation von Konflikten** und zur Suche nach einem gemeinsamen Nenner beiträgt. Es kann auch hilfreich sein, Schüler/-innen zu ermutigen, ihre Gefühle konstruktiv auszudrücken und „**Ich**“-**Aussagen** zu verwenden, um zu kommunizieren, wie sie sich fühlen und was sie brauchen.

**Konfliktlösungsstrategien** wie Mediation und strukturierte Dialogsitzungen können die Kommunikation erleichtern und Schüler/-innen helfen, eine **Lösung** zu finden. Es ist auch wichtig, **Problemlösungsfähigkeiten** zu vermitteln, die es Schüler/-innen ermöglichen, gemeinsam Lösungen für Konflikte zu finden, einschließlich Brainstorming möglicher Lösungen und Abwägung ihrer Vor- und Nachteile.

**Unterstützungssysteme** wie der Zugang zu Beratungsdiensten und Selbsthilfegruppen bieten Schüler/-innen eine sichere Umgebung, in der sie ihre Gefühle und Erfahrungen besprechen können. **Inklusive Richtlinien**, die ausdrücklich vor geschlechtsbezogener Diskriminierung und Mobbing schützen, bieten einen Rahmen für die Konfliktbewältigung und stellen sicher, dass sich alle Schulkinder sicher und respektiert fühlen.

Die Förderung einer **positiven Schulkultur** ist für die emotionale Bewältigung von Geschlechterkonflikten unerlässlich. Die Durchführung von Schulungsprogrammen zur kulturellen Kompetenz für Schulkinder und Lehrpersonen kann das **Verständnis und den Respekt für unterschiedliche Geschlechtsidentitäten** fördern. Die Organisation von Veranstaltungen und Aktivitäten, die die Geschlechtervielfalt feiern und Inklusivität fördern, trägt dazu bei, unterschiedliche Geschlechtsidentitäten zu normalisieren und Stigmatisierung abzubauen.

Die **emotionale Bewältigung von Geschlechterkonflikten** ist ein fortlaufender Prozess, der das Engagement von Schüler/-innen und Lehrpersonen erfordert. Ein Schulumfeld, in dem Empathie, Respekt und offene Kommunikation im Vordergrund stehen, kann Schulkinder dabei unterstützen, **geschlechterbezogene Probleme auf positive und gesunde Weise** zu lösen. Diese Methode behebt nicht nur Probleme sofort, sondern trägt auch dazu bei, ein einladendes und ermutigendes Schulumfeld zu schaffen.



# BEMERKUNGEN UND FAZIT

---

Wenn wir über die Integration geschlechtersensibler emotionaler Intelligenz in Bildungseinrichtungen nachdenken, wird deutlich, wie wichtig es ist, eine einladende und unterstützende Atmosphäre für alle Kinder zu schaffen. Als Pädagog/-innen ist die Verantwortung, die emotionale und soziale Landschaft unserer Klassenzimmer zu gestalten, sowohl ein Privileg als auch eine wichtige Pflicht. Die Entwicklung von emotionaler Intelligenz, gepaart mit einem ausgeprägten Bewusstsein für Geschlechtervielfalt, ist für die ganzheitliche Entwicklung unserer Schüler/-innen von entscheidender Bedeutung.

Durch die Einführung eines geschlechtersensiblen Ansatzes in der Ausbildung emotionaler Intelligenz können wir die besonderen Herausforderungen angehen, denen sich Schüler/-innen gegenübersehen, die nicht den traditionellen Geschlechternormen entsprechen. Jede Schülerin und jeder Schüler kann sich in einer Lernumgebung, in der die Vielfalt der Geschlechtsidentitäten respektiert und anerkannt wird, wertgeschätzt und verstanden fühlen. Diese Inklusivität geht über die Anerkennung unterschiedlicher Identitäten hinaus und umfasst auch die Bestätigung der emotionalen Erfahrungen, die mit diesen Identitäten verbunden sind.

Da gesellschaftliche Erwartungen und Geschlechterstereotype die emotionale Entwicklung erheblich beeinflussen und häufig zu einer Unterdrückung oder Überäußerung von Emotionen aufgrund starrer Normen führen, ist es unerlässlich, eine Unterrichtsatmosphäre zu schaffen, in der die Schüler/-innen ihre Gefühle frei und authentisch ausdrücken können, ohne Angst vor Verurteilung oder Spott haben zu müssen. Eine solche Unterstützung hilft den Schüler/-innen, ein ausgeglichenes und gesundes emotionales Profil zu entwickeln.

Darüber hinaus bietet die positive Psychologie wertvolle Strategien, die die Prinzipien der emotionalen Intelligenz ergänzen und Stärken, Belastbarkeit und positive Beziehungen betonen. Die Förderung von Dankbarkeit, Optimismus und Empathie baut ein positives Selbstbild auf und hilft Schüler/-innen, die erforderliche Belastbarkeit zu entwickeln, um effektiv mit der Komplexität ihrer sozialen und emotionalen Umgebung umzugehen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Rolle des pädagogischen Personals über die akademische Ausbildung hinausgeht und auch die Förderung emotional intelligenter und sozial bewusster Individuen umfasst. Indem wir eine einladende und ermutigende Umgebung schaffen, ermöglichen wir es den Kindern, zu entdecken und selbstbewusst auszudrücken, wer sie sind. Dieser ganzheitliche Bildungsansatz verbessert nicht nur die individuellen Leistungen, sondern trägt auch zur Schaffung einer mitfühlenderen und gerechteren Gesellschaft bei.

Als Grund- und Sekundarschullehrkräfte wird unser Engagement für die Integration geschlechtersensibler emotionaler Intelligenz in unsere Unterrichtspraktiken nachhaltige Auswirkungen haben und dazu beitragen, eine Zukunft aufzubauen, in der sich alle Schüler/-innen gesehen, respektiert und wertgeschätzt fühlen.



# VERWEISE

---

- Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotionale Intelligenz: Auswirkungen auf persönlichen, sozialen, akademischen und beruflichen Erfolg. *Social and Personality Psychology Compass*, 5(1), 88-103. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x>
- Brody, L. R., & Hall, J. A. (2000). Geschlecht und Emotion im Kontext. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones (Hrsg.), *Handbook of emotions* (3. Auflage, S. 395-408). New York: Guilford Press.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). Die Auswirkungen der Verbesserung des sozialen und emotionalen Lernens von Schülern: Eine Metaanalyse schulbasierter universeller Interventionen. *Child Development*, 82(1), 405-432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Gender Spectrum. (o.D.). Gender verstehen. Abgerufen von <https://www.genderspectrum.org/articles/understanding-gender>
- Goleman, D. (1995). *Emotionale Intelligenz: Warum sie wichtiger sein kann als der IQ*. New York: Bantam Books.
- GLAAD. (2021). Tipps für Verbündete von Transgender-Personen. Abgerufen von <https://www.glaad.org/transgender/allies>
- Brackett, M. A., & Mayer, J. D. (2003). Konvergente, diskriminante und inkrementelle Validität konkurrierender Messungen emotionaler Intelligenz. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(9), 1147-1158.
- Greene, M. B. (2006). Mobbing in Schulen: Ein Plädoyer für ein gewisses Maß an Menschenrechten. *Journal of Social Issues*, 62(1), 63-79. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2006.00441.x>
- Kosciw, J. G., Greytak, E. A., Giga, N. M., Villenas, C., & Danischewski, D. J. (2016). Die National School Climate Survey 2015: Die Erfahrungen lesbischer, schwuler, bisexueller, transsexueller und queerer Jugendlicher an den Schulen unseres Landes. GLSEN. Abgerufen von <https://www.glsen.org/research/2015-national-school-climate-survey>



# VERWEISE

---

- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). Was ist emotionale Intelligenz? In P. Salovey & D. Sluyter (Hrsg.), *Emotionale Entwicklung und emotionale Intelligenz: Implikationen für Pädagogen* (S. 3-31). New York: Basic Books.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotionale Intelligenz. *Vorstellungskraft, Kognition und Persönlichkeit*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychologie: Eine Einführung. *American Psychologist*, 55(1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

Sherer, L., & Nickerson, A. B. (2010). Anti-Mobbing-Praktiken an amerikanischen Schulen: Perspektiven von Schulpsychologen. *Psychology in the Schools*, 47(3), 217-229. <https://doi.org/10.1002/pits.20466>

Zins, J. E., & Elias, M. J. (2007). Soziales und emotionales Lernen: Förderung der Entwicklung aller Schüler. *Journal of Educational and Psychological Consultation*, 17(2-3), 233-255. <https://doi.org/10.1080/10474410701413152>





Co-funded by  
the European Union



AGDISTIS



AGDISTIS

## „AGDISTIS“ – EMOTIONALE INTELLIGENZ UND INTERVENTION BEI NICHT-NORMATIVEM VERHALTEN UND GESCHLECHTSSPEZIFISCHEM MOBBING.

PROJEKTNUMMER: 2022-1-ES01-KA220-SCH-000087432



Gefördert durch die Europäische Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht notwendigerweise die Ansichten der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese Ansichten verantwortlich gemacht werden.



Istituto d'Istruzione Superiore  
*Margherita Hack*



 Colegio  
Séneca  
S.Coop.And

 SKILL  
up  
CONSULTING TRAINING

