

Handlungsstrukturanalyse
Sozial-emotionale Kompetenz
„Schweinehund“
„Sich überwinden können“

Daten:

| Situation / Aufgabe | Anforderungs-aspekte | Belastungs-empfinden / Motivation | Lösungsstrategien |
|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ► Bekannt / unbekannt ► aufgaben-spezifische Lösungsstrategie ▷ gefordert ist ... • ... • ... • ... | <ul style="list-style-type: none"> ► Leistungsmessung ▷ nicht offiziell ▷ ja, in Form von ... ► Menge ► Zeitnahmen ► allgemeines Durchhaltevermögen ► körperliche Anstrengung ► konzenttrative Anstrengung ► Selbstkontrolle ► Komplexität / Schwierigkeit Je „objektiv“ ▷ eher klein ▷ eher mittel ▷ eher groß ► Soziales Setting ▷ allein ▷ mit Partner • selbst bestimmt / zugeordnet • befreundet / neutral / belastet | <ul style="list-style-type: none"> Belastungsempfinden bezieht sich vor allem auf den Anforderungsaspekt ► siehe links ► Belastungs-empfinden ▷ eher klein ▷ eher mittel ▷ eher groß ► Aufgaben-spezifische Motivation ▷ eher klein ▷ eher mittel ▷ eher groß | <p>Positiv: Siehe „Hilfreiche Kompetenzen“</p> <ul style="list-style-type: none"> ► sich selbst beruhigen können ► einen kühlen Kopf bewahren ► sich selbst einschätzen zu können ► sich selbst vertrauen zu können ► sich selbst motivieren zu können ► Rationalisieren – Problem eingrenzen ► sich ein Ziel setzen ► einen Plan entwickeln ► den Plan durchführen ► das Ergebnis reflektieren ► Schlussfolgerungen angemessen ziehen können ► Bedarf an Hilfe einschätzen / formulieren können ► aus Fehlern lernen zu können ► Rückmeldungen von anderen nutzen können ► Hilfe annehmen können / vertrauen ► Widersprüche / Misserfolge aushalten zu können / Rückfallvorhersage ► Bereitschaft zum Üben / üben <p>Negativ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angstverhalten ohne Lösungsversuch • Vermeidung • Wut • Resignation |
| Automatisierungsgrad | | | |
| Spalte 1 | | Spalte 2 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ► Handlungen mit personalisierter Hilfe ► Handlungen mit materialisierter Hilfe | | <ul style="list-style-type: none"> ► eigenständige Handlungen ► Simultanhandlungen | |
| Freie Beschreibung: | | | |

| Handlungsstrukturanalyse Strategien zur Aufgabenbewältigung bei physischer / psychischer Überforderung „Schweinehund“ | | |
|--|---|--|
| Vestibuläre Integration / Koordination assoziierte Reaktionen / tonische Reaktionen / Stell-, Stütz- und Gleichgewichtsreaktionen | | |
| SuS-Voraussetzungen | Situation / Aufgabe | Soziales Setting |
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Strategien zur Emotionsregulation vorhanden ○ Kaum Strategien ○ Keine Strategien ○ Ungünstige Strategien <ul style="list-style-type: none"> ▪ Wut/Aggression ▪ Vermeidung ▪ Erstarren ▪ ... ○ Tagesform | <ul style="list-style-type: none"> ○ Bekannte Situationen ○ Unbekannte Situationen ○ Herausfordernde Situation ○ Beängstigende Situationen ○ Körperlich anstrengende Situation | <ul style="list-style-type: none"> ○ Allein ○ Peergestützt <ul style="list-style-type: none"> ▪ Befreundet ▪ Nicht befreundet ▪ „Verfeindet“ |
| Art der Fortbewegung | Art der Anforderung | Art des Aufbaus |
| <ul style="list-style-type: none"> ○ Vorwärts <ul style="list-style-type: none"> ▪ Langsam ▪ Schnell ▪ Mit Armen ▪ Ohne Arme ○ Rückwärts <ul style="list-style-type: none"> ▪ ... ○ Steigen/ Klettern / Hangeln / Kriechen usw. | <ul style="list-style-type: none"> ○ Ohne Leistungsanspruch ○ Mit Leistungsanspruch ○ Ohne Zeitvorgabe ○ Mit Zeitvorgabe | <ul style="list-style-type: none"> ○ Bekannt ○ Unbekannt ○ Unbeweglich ○ Beweglich ○ Oberflächenbeschaffenheit <ul style="list-style-type: none"> ▪ Griffig ▪ Glatt ▪ Durchgängig ▪ Lückenhaft ○ Höhe <ul style="list-style-type: none"> ▪ Niedrig ▪ Hoch ○ Neigungswinkel <ul style="list-style-type: none"> ▪ Geringe Neigung ▪ Hohe Neigung |
| Automatisierungsgrad | | |
| Handlungen mit personalisierter Hilfe Handlungen mit materialisierter Hilfe | Eigenständige Handlungen Simultanhandlungen | |



Eva Hol