



## emotionales Erleben

### positive Einstellungen und Emotionen gegenüber der Schule

Dieser Baustein erfasst die gedanklichen und emotionalen Aspekte schulischen Wohlbefindens. Ein hoher Wert gibt an, dass die Schülerinnen und Schüler gern zur Schule gehen, positive Gefühle mit der Schule verbinden und mit den Lerninhalten in der Schule zufrieden sind

*Damit Sie die positiven Einstellungen und Emotionen Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen können, wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus*

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich gehe gerne in die Schule.	<input type="checkbox"/>				
Ich finde es sinnvoll, zur Schule zu gehen.	<input type="checkbox"/>				
Was auch immer passiert, die Schule hat etwas Gutes.	<input type="checkbox"/>				
Ich finde in der Schule vergeudet man nicht seine Zeit.	<input type="checkbox"/>				
Ich finde gut, was wir in der Schule lernen.	<input type="checkbox"/>				
Es nervt mich überhaupt nicht, in die Schule zu gehen.	<input type="checkbox"/>				
Ich fühle mich wohl in der Schule.	<input type="checkbox"/>				
Für mich ist Schule keine vertane Zeit.	<input type="checkbox"/>				

### Freude und Anerkennung

Mit diesem Baustein wird das Freudeerleben durch schulische Erfolgserlebnisse oder durch positive soziale Beziehungen zu Mitschülerinnen und Mitschülern sowie zu den Lehrkräften erfasst.

*Wenn Sie das Freudeerleben Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen wollen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.*



**Wie oft treffen die folgenden Aussagen zu?**  
**Wie oft kam es in den letzten paar Wochen vor, dass ...**

	nie	selten	gelegentlich	oft	kann ich nicht beurteilen
du das Gefühl hattest, wichtige Dinge im Schulalltag beeinflussen zu können?	<input type="checkbox"/>				
auf dich gehört wurde bei Streitigkeiten irgendeiner Art in der Schule?	<input type="checkbox"/>				
du dich sehr gefreut hast, weil du bei deinem Mitschülerinnen und Mitschülern Beachtung gefunden hast?	<input type="checkbox"/>				
dich eine Lehrerin oder ein Lehrer gelobt hat?	<input type="checkbox"/>				
Du dich über eine erfolgreiche Arbeit oder einen erfolgreichen Test gefreut hast?	<input type="checkbox"/>				

**schulischer Selbstwert**

Dieser Baustein repräsentiert das allgemeine, schulbezogene Fähigkeitsselbstkonzept der Schülerinnen und Schüler. Dieses Konzept beschreibt das Ausmaß, indem die Schülerinnen und Schüler ihre schulischen Fähigkeiten als positiv bewerten und sich den schulischen Anforderungen gewachsen fühlen.

Wenn Sie das schulbezogene Fähigkeitsselbstkonzept Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen wollen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

<b>Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?</b>	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Die Anforderungen in der Schule kann ich leicht bewältigen.	<input type="checkbox"/>				
Schwierigkeiten mit dem Lernstoff in der Schule kann ich leicht lösen.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin in der Schule genauso gut, wie die meisten meiner Mitschülerinnen und Mitschüler.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin damit zufrieden, wie ich mich in der Schule entwickle.	<input type="checkbox"/>				
Ich habe ein gutes Gefühl, wenn ich an das nächste Schuljahr denke.	<input type="checkbox"/>				
Ich habe ein gutes Gefühl, wenn ich an die Zeit nach der Schule denke.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich habe keine Probleme, die Anforderungen in der Schule zu bewältigen.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin zufrieden mit meinen schulischen Erfolgen.	<input type="checkbox"/>				

## Sorgen wegen der Schule

In diesem Baustein stehen die Zukunfts- und Versagensängste sowie Probleme mit den Lehrkräften im Mittelpunkt. Ein hoher Wert verweist auf wenig Kummer um das Erreichen von Lernzielen sowie um die Beziehung zu den Lehrkräften. Die Schülerinnen und Schüler haben keine Bedenken, den Leistungsanforderungen im weiteren Schulverlauf gerecht zu werden.

Wenn Sie die Sorgen Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen möchten, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus

### Wie oft treffen die folgenden Aussagen zu?

Wie hast du dir in den letzten paar Wochen Sorgen gemacht, ...

	nie	selten	gelegentlich	oft	kann ich nicht beurteilen
wegen der Schule?	<input type="checkbox"/>				
wie es in der Schule weitergeht?	<input type="checkbox"/>				
wie es nach der Schule weitergeht?	<input type="checkbox"/>				
wegen deiner Schulnoten?	<input type="checkbox"/>				
wegen Lehrerinnen bzw. Lehrern mit denen Du Probleme hattest?	<input type="checkbox"/>				
wie du die anstehenden Aufgaben alle schaffen sollst?	<input type="checkbox"/>				
wegen anstehender Beurteilungen?	<input type="checkbox"/>				

## soziale Probleme in der Schule

Dieser Baustein erfasst die soziale Integration in die Klassengemeinschaft. Eine hohe Ausprägung zeigt, dass sich der Schüler bzw. die Schülerin in der Gemeinschaft zugehörig und von seinen bzw. ihren Mitschülerinnen und Mitschülern angenommen fühlt.

Wenn Sie das Ausmaß der sozialen Probleme Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen möchten, wählen Sie bitte



aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

**Wie oft treffen die folgenden Aussagen zu?**

Wie oft kam es in den letzten paar Wochen vor, dass ...

	nie	selten	gelegentlich	oft	kann ich nicht beurteilen
du Probleme mit deiner Klasse hattest?	<input type="checkbox"/>				
du Probleme mit einzelnen Mitschülerinnen bzw. Mitschüler hattest?	<input type="checkbox"/>				
du dich in deiner Klasse als Außenseiter bzw. Außenseiterin fühltest?	<input type="checkbox"/>				
du Probleme mit einem Schulfreund bzw. einer Schulfreundin hattest?	<input type="checkbox"/>				
du einfach nicht einschlafen konntest, weil dich Probleme mit einem Klassenkameraden bzw. einer Klassenkameradin beschäftigten?	<input type="checkbox"/>				

**Körperliche Beschwerden**

Dieser Baustein erfasst die Belastungsfreiheit der Schülerinnen und Schüler. Dabei wird die Abwesenheit psychovegetativer Symptome durch die Schule erfragt wie Schmerzen, Nervosität oder Erschöpfung. Die Merkmale können dabei als Stressreaktionen oder Anzeichen affektiver Unausgeglichenheit verstanden werden Ein niedriger Wert verweist auf Wohlbehagen, Vitalität und positive körperliche Empfindungen.

Wenn Sie das Ausmaß körperlicher Beschwerden bei Ihren Schülerinnen und Schülern zuverlässig erfassen möchten, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

**Wie oft treffen die folgenden Aussagen zu?**

Wie oft kam es in den letzten paar Wochen vor, dass ...

	nie	selten	gelegentlich	oft	kann ich nicht beurteilen
du vor dem Unterricht ein unangenehmes Herzklopfen hattest?	<input type="checkbox"/>				
du wegen deiner Sorgen in der Schule nichts essen konntest?	<input type="checkbox"/>				
du wegen Prüfungsstress unter Appetitlosigkeit littest?	<input type="checkbox"/>				
dir plötzlich ganz heiß wurde, als eine Lehrerin oder ein Lehrer dich im Unterricht aufgerufen hat?	<input type="checkbox"/>				
dir im Unterricht schwindlig wurde?	<input type="checkbox"/>				
du Bauchschmerzen wegen der Schule hattest?	<input type="checkbox"/>				



**Wie oft treffen die folgenden Aussagen zu?**  
**Wie oft kam es in den letzten paar Wochen vor, dass ...**

	nie	selten	gelegentlich	oft	kann ich nicht beurteilen
du während des Unterrichts sehr starke Kopfschmerzen hattest?	<input type="checkbox"/>				

**Angsterleben im Unterricht**

Angst entsteht durch die Sorge vor negativen Ereignissen, die als Bedrohung wahrgenommen werden. Im Lernkontext führt diese Angst häufig zu Rückzug, Vermeidung und einer Beeinträchtigung der Leistung. Typische Symptome der Angst umfassen eine erhöhte Herzfrequenz, Magenbeschwerden, Zittern, Verspanntheit, Schwitzen, feuchte kalte Hände sowie vermehrten Harndrang. Körperliche Unruhe, das Reiben der Hände, Kratzen sowie eine unsichere und stockende Stimme sind ebenfalls Folgen von Angst.

Wenn Sie das Angsterleben Ihrer Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht zuverlässig erfassen möchten, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich habe Angst davor, bei Herrn Schulze zu versagen.	<input type="checkbox"/>				
Während der gesamten Unterrichtszeit bin ich bei Herrn Schulze angespannt.	<input type="checkbox"/>				
Ich gerate in Panik, wenn bei Herrn Schulze eine Aufgabe mal zu schwierig ist.	<input type="checkbox"/>				
Schon vor einer Unterrichtsstunde von Herrn Schulze mache ich mir Sorgen, ob ich genug verstehen werde.	<input type="checkbox"/>				
Vor Nervosität würde ich am liebsten gar nicht mehr zum Unterricht von Herrn Schulze gehen.	<input type="checkbox"/>				
Wenn der Unterricht von Herrn Schulze beginnt, bekomme ich Herzklopfen.	<input type="checkbox"/>				
Ich mache mir bei Herrn Schulze richtig Sorgen, ob ich alles richtig verstehe.	<input type="checkbox"/>				
Aus Angst nichts zu verstehen, möchte ich am liebsten den Unterricht von Herrn Schulze schwänzen.	<input type="checkbox"/>				
Wenn Herr Schulze in den Raum kommt, bekomme ich ein flaues Gefühl im Magen.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Weil ich bei Herrn Schulze im Unterricht nicht alles schaffe, kann ich nicht gut schlafen.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze habe ich Angst.	<input type="checkbox"/>				
Ich fühle mich im Unterricht von Herrn Schulze unsicher.	<input type="checkbox"/>				
Weil ich Angst habe, etwas Falsches zu sagen, möchte ich mich am liebsten im Unterricht von Herrn Schulze nicht zu Wort melden.	<input type="checkbox"/>				
Schon allein wenn ich an den Namen Herrn Schulzes denke, werde ich nervös und unruhig.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze beginne ich vor Angst zu schwitzen.	<input type="checkbox"/>				
Bei Herrn Schulze mache ich mir große Sorgen, ob ich ausreichend auf den Unterricht vorbereitet bin.	<input type="checkbox"/>				
Mir macht es Angst, dass ich bei Herrn Schulze im Unterricht nicht mithalten kann.	<input type="checkbox"/>				
Bei Herrn Schulze im Unterricht habe ich ganz zittrige Hände.	<input type="checkbox"/>				
Ich fürchte mich davor, im Unterricht von Herrn Schulze aufgerufen zu werden und etwas Falsches zu sagen.	<input type="checkbox"/>				
Ich traue mich oft nicht, im Unterricht von Herrn Schulze Nachfragen zu stellen.	<input type="checkbox"/>				
Ich mache mir oft Sorgen darüber, dass ich den Anschluss im Unterricht von Herrn Schulze verliere.	<input type="checkbox"/>				
Ich fühle mich schlecht, wenn ich an den Unterricht von Herrn Schulze denke.	<input type="checkbox"/>				
Ich kann oft nicht schlafen, weil ich so viel über den Unterricht von Herrn Schulze nachdenken muss.	<input type="checkbox"/>				
Ich mache mir oft bereits auf dem Schulweg Sorgen über den anstehende Unterrichtsstunde von Herrn Schulze.	<input type="checkbox"/>				



## Prüfungsangst

Prüfungsangst ist eine spezifische Form der Leistungsangst, bei der eine Person vor und in einer Prüfungssituation ein Übermaß an Sorge, körperlicher Erregung, mentaler Desorganisation und unkontrollierbaren, selbstwertbedrohlichen Gedanken erlebt, den Anforderungen der Prüfung nicht zu genügen.

Wenn Sie die Prüfungsängstlichkeit Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen möchten, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

### Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen? In Prüfungssituationen (wie z.B. Klassenarbeiten, Tests oder Vorträgen) bei Herrn Schulze...

	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
spüre ich ein komisches Gefühl im Magen.	<input type="checkbox"/>				
habe ich oft Bauchschmerzen.	<input type="checkbox"/>				
mache ich mir Sorgen, ob ich auch alles schaffe.	<input type="checkbox"/>				
bin ich am ganzen Körper verkrampft.	<input type="checkbox"/>				
frage ich mich, ob meine Leistung ausreicht.	<input type="checkbox"/>				
schlägt mein Herz mir bis zum Hals.	<input type="checkbox"/>				
denke ich daran, wie wichtig mir ein gutes Ergebnis ist.	<input type="checkbox"/>				
habe ich ein beklemmendes Gefühl.	<input type="checkbox"/>				
bin ich besorgt, dass etwas schief laufen könnte.	<input type="checkbox"/>				
bin ich aufgeregt.	<input type="checkbox"/>				
denke ich daran, was passiert, wenn ich schlecht abschneide.	<input type="checkbox"/>				

## Hoffnung

Hoffnung ist eine positive Erwartungsemotion. In ihr drückt sich die subjektiv hoch eingeschätzte Wahrscheinlichkeit des Auftretens eines in der Zukunft liegenden gewünschten Ergebnisses aus. Diese Einschätzung führt häufig zu einem



gesteigerten Engagement im Lernprozess, da die Betroffenen eine realistische Möglichkeit sehen, eine Aufgabe erfolgreich zu bewältigen oder ein gesetztes Lernziel zu erreichen.

Wenn Sie das Hoffungsgefühl Ihrer Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht zuverlässig erfassen wollen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich bin zuversichtlich, den Unterrichtsstoff von Herrn Schulze zu verstehen.	<input type="checkbox"/>				
Ich glaube daran, dass ich bei Herrn Schulze viel lerne.	<input type="checkbox"/>				
Ich habe die große Hoffnung, dass ich trotz des hohen Zeitdrucks mit den Aufgaben bei Herrn Schulze fertig werde.	<input type="checkbox"/>				
Ich gehe einem guten Gefühl in den Unterricht von Herrn Schulze.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin guter Dinge, dass ich in der nächsten Arbeit bei Herrn Schulze erfolgreich bin.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin überzeugt davon, dass ich auf dem Zeugnis bei Herrn Schulze eine gute Note bekomme.	<input type="checkbox"/>				

## Stolz

Stolz ist eine selbstwertsteigernde positive Emotion, die meist als Reaktion auf Erfolge empfunden wird, für die sich eine Person verantwortlich oder mitverantwortlich fühlt. Stolz kann im Unterricht dazu führen, dass Schülerinnen und Schüler diese Erfolgserlebnisse durch erhöhte Anstrengung erneut erleben wollen und daher weiterarbeiten. Es ist jedoch auch möglich, dass die Lerntätigkeit im Unterricht unterbrochen wird, um sich durch angenehme Tätigkeiten zu entspannen und sich somit selbst zu belohnen.

Wenn Sie das Stolzerleben Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen möchten, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich bin auf meine Leistungen bei Herrn Schulze stolz.	<input type="checkbox"/>				
Wenn ich im Unterricht bei Herrn Schulze einen guten Beitrag geleistet habe, schlägt mein Herz höher.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Im Unterricht von Herrn Schulze bin ich sehr motiviert, denn ich bin auf meine Leistungen bei ihm stolz.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin stolz auf das was ich bei Herrn Schulze gelernt habe.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin stolz darauf, dass mir selbst die schwierigsten Aufgaben bei Herrn Schulze keine Probleme bereiten.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin stolz darauf, dass ich im Unterricht von Herrn Schulze so gut mitkomme.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin stolz auf meine mündlichen Beiträge im Unterricht von Herrn Schulze.	<input type="checkbox"/>				
Wenn ich bei Herrn Schulze gute Beiträge leiste, spornt mich das weiter an.	<input type="checkbox"/>				
Am liebsten würde ich gleich weiterlernen, weil ich stolz auf meine Leistungen im Unterricht von Herrn Schulze bin.	<input type="checkbox"/>				

## Freude

Freude im Unterricht ist häufig mit einer positiven Bewertung desselben verbunden. Dabei sind das Erleben Fröhlichkeit, Spaß und Glück typisch. Dieses Erleben äußert sich oft in einem warmen Körpergefühl oder in einem positiven Herzschlag und zeigen sich durch ein Lächeln bzw. Lachen, was das Bedürfnis ausdrückt, in der Unterrichtssituation zu verweilen oder sich ihr erneut anzunähern.

*Wenn Sie die erlebte Freude Ihrer Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht zuverlässig erfassen wollen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.*

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich freue mich auf den Unterricht von Herrn Schulze.	<input type="checkbox"/>				
Ich freue mich die Hausaufgaben, die Herr Schulze uns aufgibt.	<input type="checkbox"/>				
Ich kann es kaum abwarten, dass der Unterricht von Herrn Schulze beginnt.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Selbst die schwierigsten Aufgaben machen bei Herrn Schulze großen Spaß.	<input type="checkbox"/>				
Ich mag die Aufgaben, die uns Herr Schulze stellt.	<input type="checkbox"/>				
Der Unterricht bei Herrn Schulze macht mir Spaß.	<input type="checkbox"/>				
Ich freue mich über das was ich bei Herrn Schulze im Unterricht gelernt habe.	<input type="checkbox"/>				

## Ärger

Ärger entsteht oft aus Frustration und dem Gefühl von Willkür bzw. dem Erleben einer fehlenden Berechtigung für das Verhalten eines Anderen. Er führt oft zur Angriffslust und/oder zum Abbruch von Lerntätigkeiten.

Wenn Sie das Ärgerempfinden Ihrer Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht zuverlässig erfassen wollen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Wenn ich an den Unterricht von Herrn Schulze denke, dann werde ich richtig wütend.	<input type="checkbox"/>				
Wenn ich mal länger Unterricht bei Herrn Schulze habe, dann werde ich unausstehlich.	<input type="checkbox"/>				
Ich ärgere mich über Herrn Schulze	<input type="checkbox"/>				
Der Unterricht von Herrn Schulze ist für mich Zeitverschwendung.	<input type="checkbox"/>				
Aus Ärger über den Unterricht von Herrn Schulze würde ich am liebsten gar nicht mehr zu ihm hingehen	<input type="checkbox"/>				
Vom Unterricht bei Herrn Schulze bin ich sichtlich genervt.	<input type="checkbox"/>				
Es ärgert mich, dass die Bewertung von Herrn Schulze so willkürlich ist.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Am liebsten würde ich Herrn Schulze mal ordentlich die Meinung sagen.	<input type="checkbox"/>				
Bei Herrn Schulze denke ich verärgert, dass ich all das was wir dort behandeln nie wieder brauchen werden.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin von Herrn Schulze ziemlich genervt.	<input type="checkbox"/>				
Es ärgert mich richtig, wie viel Zeit die Hausaufgaben von Herrn Schulze in Anspruch nehmen.	<input type="checkbox"/>				
Ich ärgere mich über den ganzen Zeitdruck bei Herrn Schulze.	<input type="checkbox"/>				
Ich ärgere mich über die Menge an Unterrichtsstoff, die ich bei Herrn Schulze wissen muss.	<input type="checkbox"/>				

## Hoffnungslosigkeit

Hoffnungslosigkeit entsteht, wenn eine Person annimmt, dass sie ein positiv bewertetes Ziel nicht erreichen oder ein negatives Ereignis nicht vermeiden kann, weil sie dessen Erreichen oder Vermeiden als unkontrollierbar wahrnimmt. Speziell wiederholte Misserfolge im Lern- und Leistungsbereich können oft zu Hoffnungslosigkeit und erlernter Hilflosigkeit führen und das Vermeiden von Lernaktivitäten oder den Abbruch von Aufgaben zur Folge haben.

*Wenn Sie zuverlässig wissen wollen, ob bzw. wie hoffnungslos sich Ihre Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht fühlen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.*

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Im Unterricht von Herrn Schulze fühle mich ziemlich verloren.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze verstehe ich überhaupt nichts.	<input type="checkbox"/>				
Langsam fange ich bei Herrn Schulze an zu denken, dass, egal wie sehr ich mich anstrengende, ich sowieso in seiner Arbeiten nicht gut abschneiden werde.	<input type="checkbox"/>				
Die Tatsache, dass ich das, was wir bei Herrn Schulze im Unterricht behandeln, nie verstehen werde, entmutigt mich sehr.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich habe die Hoffnung aufgegeben, dass ich im Unterricht von Herrn Schulze irgendetwas verstehe.	<input type="checkbox"/>				
Mittlerweile fehlt mir im Unterricht von Herrn Schulze einfach die Energie mitzumachen.	<input type="checkbox"/>				
Mittlerweile denke ich: Es ist egal wie sehr ich mich auch anstrengende, ich werde die Aufgaben von Herrn Schulze eh nicht schaffen.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze denke ich einfach nur, dass ich unfähig bin.	<input type="checkbox"/>				
Ich würde bei Herrn Schulze am liebsten aufgeben, weil ich es ja doch nicht schaffe.	<input type="checkbox"/>				
Es bringt absolut gar nichts, etwas für den Unterricht von Herrn Schulze vorzubereiten, weil ich eh nicht verstehe, was wir da machen.	<input type="checkbox"/>				
Vor einer Arbeit bei Herrn Schulze bin ich so verzweifelt, weil ich glaube, dass ich sowieso keine Chance auf eine gute Note habe.	<input type="checkbox"/>				

## Langeweile

Langeweile ist eine prototypische deaktivierende Emotion, die als negativ empfunden wird und aufgrund von Unter- oder Überforderung eintreten kann. Beide Ursachen führen zum Abschweifen von Gedanken und verhindern die Fokussierung auf eine aktuelle Situation und deren Inhalte. Im Lern- und Unterrichtskontext kann sich diese Unterforderung in empfundener Eintönigkeit und Monotonie sowie in Frustration und mangelnder Motivation ausdrücken, während bei Überforderung vor allem Erschöpfung und Frustration auftreten. Physiologisch äußert sich dies in Müdigkeit, Trägheit und fehlender Energie. Nonverbal äußert sich Langeweile oftmals durch Zurücklehnen, Zusammensinken des Oberkörpers, Gähnen und einen starren, ziellosen Blick. Außerdem können ein Gefühl der inneren Unruhe und der Wunsch, die als langweilig empfundene Situation zu verlassen, auftreten.

Wenn Sie zuverlässig wissen möchten, ob und inwiefern sich Ihre Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht langweilen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Der Unterricht von Herrn Schulze langweilt mich.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze schweifen meine Gedanken oft ab, weil mir so langweile ist.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Die Aufgaben von Herrn Schulze sind so langweilig, dass ich oft ins Träumen gerate.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze kann ich nur schwer wach bleiben, weil es so langweilig ist.	<input type="checkbox"/>				
Oft überlege ich mir im Unterricht bei Herrn Schulze, was ich stattdessen alles machen könnte.	<input type="checkbox"/>				
Bei Herrn Schulze im Unterricht denke ich, dass die Zeit bei diesem langweiligen Stoff überhaupt nicht vergeht.	<input type="checkbox"/>				
Weil ich mich im Unterricht von Herrn Schulze so sehr langweile, vergeht mir regelrecht die Lust zum Lernen.	<input type="checkbox"/>				
Ich finde den Unterricht von Herrn Schulze ziemlich öde.	<input type="checkbox"/>				
Eigentlich müsste ich mich mal besser auf den Unterricht von Herrn Schulze vorbereiten, damit mir nicht so langweilig ist.	<input type="checkbox"/>				
Die Lehrervorträge und Erklärungen von Herrn Schulze öden mich an.	<input type="checkbox"/>				

## Scham

Scham bezeichnet das Gefühl der Verlegenheit oder Demütigung, das aus einem wahrgenommenen Versagen, einer Unzulänglichkeit oder einem Verstoß gegen gesellschaftliche Normen resultiert. Diese Emotion beinhaltet eine negative Bewertung des gesamten Selbst und führt zu Gefühlen der Wertlosigkeit sowie dem Wunsch, sich vor anderen zurückzuziehen oder zu verbergen.

Wenn Sie das Schamgefühl Ihrer Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht zuverlässig erfassen möchten, dann wählen sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Wenn ich bei Herrn Schulze in einer Arbeit schlecht abschneiden, ist mir das peinlich.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze schäme ich mich, weil ich nicht so gut bin wie die anderen.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich schäme mich dafür, dass ich bei Herrn Schulze nicht einmal die einfachsten Dinge verstehe.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze möchte ich am liebsten im Erdboden versinken.	<input type="checkbox"/>				
Weil ich im Unterricht von Herrn Schulze nicht so gut zurecht komme, gehe ich Gesprächen mit ihm aus dem Weg.	<input type="checkbox"/>				
Wenn ich im Unterricht von Herrn Schulze etwas sage, habe ich das Gefühl, mich zu blamieren.	<input type="checkbox"/>				
Die Wissenslücken, die ich im Unterricht von Herrn Schulze habe, sind mir peinlich.	<input type="checkbox"/>				
Ich möchte eigentlich niemanden erzählen, dass ich im Unterricht von Herrn Schulze nichts verstehe.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze komme ich mir immer ganz klein vor.	<input type="checkbox"/>				

## Entspannung

Entspannung ist ein Zustand reduzierter Aktivität, der kurzfristig oder langfristig auftreten kann. Dieser Zustand manifestiert sich durch verschiedene physiologische Veränderungen: unter anderem durch eine Verringerung der Herzfrequenz, eine Senkung des Blutdrucks, eine Reduktion der Muskelspannung sowie eine reduzierte Ausschüttung von sogenannten Stresshormonen.

Wenn Sie das Entspannungsgefühl Ihrer Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht zuverlässig erfassen möchten, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Der Unterricht von Herrn Schulze fühlt sich für mich entspannt an.	<input type="checkbox"/>				
An meinen Aufträgen kann ich im Unterricht bei Herrn Schulze ganz ruhig arbeiten.	<input type="checkbox"/>				
Im Unterricht von Herrn Schulze bin ich ganz gelassen.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Bei Herrn Schulze kann ich ganz entspannt auch an schwierigen Aufgaben arbeiten.	<input type="checkbox"/>				
Ich fühle mich im Unterricht von Herrn Schulze sichtlich wohl.	<input type="checkbox"/>				

## Sicherheit

Emotionale Sicherheit bezieht sich auf das Gefühl der inneren Stabilität und des Schutzes vor emotionalen Verletzungen. In diesem Zustand fühlt sich eine Person in ihren Gefühlen und Bedürfnissen verstanden, akzeptiert und unterstützt.

Wenn Sie das emotionale Sicherheitsgefühl Ihrer Schülerinnen und Schüler zuverlässig erfassen möchten, wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich fühle mich ganz ruhig und entspannt, weil ich weiß, dass ich im Unterricht von Herrn Schulze erfolgreich sein werde.	<input type="checkbox"/>				
Der Gedanke, dass ich bei Herrn Schulze schon erfolgreich sein werde, beruhigt mich.	<input type="checkbox"/>				
Ich fühle mich ganz relaxt, weil ich weiß, dass ich im Unterricht von Herrn Schulze auch die schwierigsten Dinge schaffen kann.	<input type="checkbox"/>				
Ich sehe den Anforderungen von Herrn Schulze ganz gelassen entgegen, weil ich fest davon ausgehe, dass die Anforderungen von ihm gut meistern kann.	<input type="checkbox"/>				

## Enttäuschung

Enttäuschung beschreibt eine unerfüllte oder unerfüllbar erscheinende Hoffnung. Sie tritt auf, wenn ein erwartetes Ereignis unerwartet nicht eintritt und führt zu Resignation und damit verbunden zum Verzicht auf weitere Handlungen und Wertverwirklichungen.

Wenn Sie zuverlässig wissen möchte, wie enttäuscht sich Ihre Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht fühlen, dann wählen Sie bitte sämtliche der folgenden Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Die wenigen Erfolge bei Herrn Schulze enttäuschen mich doch sehr.	<input type="checkbox"/>				



Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Ich bin sehr traurig darüber, dass mir im Unterricht von Herrn Schulze nichts gelingen mag.	<input type="checkbox"/>				
Ich bin sehr enttäuscht über mein Abschneiden in den Arbeiten bei Herrn Schulze.	<input type="checkbox"/>				

## Erleichterung

Erleichterung ist ein positives Gefühl, das empfunden wird, wenn etwas Unangenehmes, Schmerzhaftes oder Beunruhigendes nicht passiert ist oder ein Ende hat. Oft wird es durch ein Seufzen und tiefes Durchatmen ausgedrückt, das die Befreiung und Entlastung einer Person sprichwörtlich symbolisiert.

Wenn Sie zuverlässig wissen möchten, wie erleichtert sich Ihre Schülerinnen und Schüler in Ihrem Unterricht fühlen, dann wählen Sie bitte aus den folgenden Aussagen mindestens drei Aussagen aus.

Inwieweit stimmen die folgenden Aussagen?	stimmt gar nicht	stimmt eher nicht	stimmt eher	stimmt genau	kann ich nicht beurteilen
Nach dem Unterricht bei Herrn Schulze fällt mir ein Stein vom Herzen.	<input type="checkbox"/>				
Nach dem Unterricht bei Herrn Schulze fühle ich mich befreit.	<input type="checkbox"/>				
Nach dem Unterricht bei Herrn Schulze ist der Druck auf meinem Magen endlich wieder weg.	<input type="checkbox"/>				
Nach dem Unterricht bei Herrn Schulze kann ich endlich wieder richtig durchatmen.	<input type="checkbox"/>				