

Einleitung

„Als „**Aggression**“ (lat. *aggredi*: herangehen, angreifen) werden Verhaltensweisen bezeichnet, die eine Realisierung individueller oder kollektiver Vorzüge durch Drohung, Zurückdrängung, physischer Beeinträchtigung wie Verletzung oder gar Tötung eines tatsächlichen oder vermeintlichen Feindes oder Rivalen ermöglichen sollen. Aggressives Verhalten steht eng im Zusammenhang mit Angriffs-, Flucht- und Verteidigungsverhalten. Die Reaktionsstärke des aggressiven Verhaltens ist sowohl auf eine aktivierte innere Bereitschaft (Aggressivität) im Rahmen eines bestimmten „Funktionskreises“, als auch auf äußere aggressionsauslösende Situationen zurückzuführen.

Im Zusammenhang mit menschlichem Verhalten kann sich Aggression in verbalen oder tätlichen Angriffen gegenüber Personen, Personengruppen und Sachen, oder – wie im Tierreich auch in Drohverhalten, sowie ritualisierten Auseinandersetzungen, etwa Sport, im Spiel oder im Beruf (Wettbewerb) äußern“ (Def. Aus Wikipedia)

Zusammengefasst: gewaltbereites Verhalten (physisch oder psychisch Menschen oder Gegenstände angreifen) entsteht aus der **Wechselwirkung von intrapsychischen, interpersonalen und gesellschaftlichen Konflikten**. Der Ursprung des Konflikts ist nicht immer der Ort der Äußerung.

Die Frage nach der Zunahme an Gewalt, wird durch Medienberichte verstärkt, jedoch belegen Studien, dass nicht die Quantität sondern die Qualität des aggressionsbereiten Handelns zugenommen hat (schwerste Körperverletzungen, Erpressungen bis hin zur Tötungsabsicht).

Wer wird zum „Täter“?

Es sind v.a. jene Kinder, die beim Schuleintritt mit besonderen Risiken früher oder später gewalttätig, bis straffällig werden (high-risk). In jeder Schule gibt es solche Kinder (Olweus 1996).

Diese Kinder zeichnen sich 1. durch extrem aggressives und impulsives Verhalten aus, welches die anderen Kinder als belastend empfinden, weswegen sie auch zurückgewiesen und zurückgestoßen werden. Diese negative Verstärkung ermöglicht ihnen nicht prosoziale Verhaltensweisen zu erfahren und aufzubauen. 2. können diese Kinder unbeabsichtigten Fehlverhalten (stolpern) nicht als dieses interpretieren, sondern nur als aggressiven Akt wahrnehmen und in Folge nach Rache aus sind.

Die Konsequenzen

Bleibt dieses Verhalten unbeachtet und werden keine korrigierenden (Beziehungs-) Erfahrungen gemacht können schlechte Schulleistungen die Folge sein. Diese führen wieder zu schlechter Ausbildung, da man eventuell unterhalb seines möglichen Potential liegt, Unzufriedenheit mit dem Job und dem Leben. Der Kreislauf schließt sich hier, da wieder das gewaltbereite Verhalten an die Familie und Kinder weitergegeben wird.

Wer wird zum „Opfer“?

Jeder 10. Schüler wird von Mitschülern verfolgt oder attackiert (Gruen, 1987); Olweus, 1996). Kinder, die sozial vernachlässigt sind, von Gleichaltrigen wenig bis gar nicht beachtet werden, ein niedriges Selbstwertgefühl aufweisen und auch einen geringen Schulerfolg aufweisen werden oft zum Ziel der aggressiven Handlungen (Hänseln, Verspotten, Verprügeln,...).

Manchmal werden diese Kinder, wenn sie den „Erfolg“ der Täter sehen und erleben selbst zu Tätern. Sie möchte ebenfalls das Gefühl des „Beherrschen“ anderer erleben.

Fazit

Die aggressiven Verhaltensprobleme im Schulalltag bedeuten für Lehrer und Lehrerinnen dass sie sich im zunehmenden Maße mit den Konflikten und den daraus resultierenden Problemen auseinandersetzen müssen. Die Zeit, die dafür aufgewendet wird fehlt dann in der regulären Durchführung des Unterrichts.

Mit Faustlos wird als wichtigstes Ziel die soziale Erziehung gesetzt. D.h. ALLE Kinder der Klasse sollen lernen wie sie eigenständig Probleme (intrapsychische und interpersonelle) lösen können.

Sie lernen, dass sie ihre Umgebung positiv beeinflussen können. Damit wird ihr Selbstbewusstsein gestärkt und prosoziale Kompetenzen werden gelernt (streit schlichten, jemanden trösten, Lösungsalternativen annehmen).

Mit dieser Veränderung konzentriert sich die Bereitschaft kognitive Inhalte zu lernen.

Faktoren, die die Entwicklung prosozialer Verhaltensweisen beeinträchtigen:

1. Nicht wissen, was angemessenes Verhalten ist, weil Modelle für alternative Konfliktlösungen fehlen.
2. Wissen was angemessenes Verhalten ist, es mangelt jedoch an Übung, da Verhalten nicht adäquat verstärkt wurde.
3. emotionale Reaktionen wie Ärger, Furcht oder Angst werden in einer Ausprägung gezeigt, die die Entwicklung des gewünschten Verhaltens behindert.
4. Aggressionen werden falsch gedeutet (Absicht oder Unfall)
5. Verzögerungen in der physiologischen Entwicklung, die genetisch oder aufgrund von Fehlverhalten der Mutter in der Schwangerschaft verursacht worden sind.
6. Dysfunktionale Familien (Beaufsichtigung fehlt, wenig Interesse an Kinder, Mangel an Mutter-Kind-Beziehung, defizitären Erziehungspraktiken)
7. Geschlechtsspezifität aggressiven Verhalten? Warum?

1. Empathie - Begriffsbestimmung

- ❖ die Fähigkeit den emotionalen Zustand eines anderen Menschen zu erkennen, von anderen Gefühlen zu unterscheiden,
- ❖ die Fähigkeit die Perspektive und Rolle einer anderen Person zu übernehmen und hineinversetzen,
- ❖ die Fähigkeit emotional auf Andere zu reagieren, d.h. entsprechend der Wahrnehmung reagieren und eigenen Gefühle mitteilen (so schließt sich der Kreis).

Empathie - Training:

- ❖ Kinder lernen anhand einer Reihe von physischen (Gesichtsausdruck, Körperhaltung) und situativen Anhaltspunkten Gefühle zu identifizieren.
- ❖ Kinder lernen wahrzunehmen, dass eine Situation unterschiedliche Gefühle auslösen kann.
- ❖ Kinder lernen wahrzunehmen, dass Gefühle sich ändern können und warum das so ist.
- ❖ Kinder üben, Gefühle in Bezug auf einfache Handlungen vorherzusagen.
- ❖ Kinder lernen, dass es unterschiedliche Vorlieben und Abneigungen gibt und dass sie situationsabhängig sein können.
- ❖ Kinder lernen absichtliche von unabsichtlichen Handlungen (Unfälle, Missgeschick) zu unterscheiden.
- ❖ Kinder lernen Regeln für Fairness in einfachen Situationen anzuwenden.
- ❖ Kinder lernen Gefühle mitzuteilen, indem sie Ich-Botschaften senden und anderen aktiv zuhören.
- ❖ Kinder lernen Sorge und Mitgefühl für andere auszudrücken.

2. Impulskontrolle – Begriffsbestimmung

- ❖ die Fähigkeit eine Aktivität zu stoppen und über ein Problem nachzudenken, anstatt unüberlegt zu handeln, dabei werden zwei erfolgreiche Ansätze verbunden, die aggressives Verhalten reduzieren:
- ❖ die Vermittlung einer Problemlösestruktur und
- ❖ das Einüben verschiedener sozial kompetenter Verhaltensweisen

Impulskontrolle – Training Teil 1

Wie gehe ich damit um, wenn ich etwas haben möchte?

1. Was ist das Problem? (Problembestimmung anhand mimischer, körperlicher und situativer Anhaltspunkte).
2. Welche Lösungen gibt es (Ideenentwicklung).
3. Hinterfragen:
 - ❖ Ist sie ungefährlich?
 - ❖ Wie fühlen sich die Beteiligten?
 - ❖ Ist sie fair?
 - ❖ Wird sie funktionieren?
4. Entscheidung für eine Lösung und ausprobieren (mit Hilfe einzelner Verhaltensschritte)
5. Erfolg? Wenn nicht, was kannst du jetzt tun? (Wählen von Alternativen)

Impulskontrolle – Training Teil 2

Verhaltensfertigkeiten

- ❖ Einzelne Schritte, Vorgehensweisen werden entwickelt (Regeln, Leitfaden)
- ❖ Lautes Denken, d.h. die Schritte der Problemlösung werden laut gedacht (siehe Teil 1)
- ❖ Rollenspiele um praktisch zu üben
- ❖ Feedback über Rollenspiel
 - ⇒ Mitmachen, mitspielen wollen, miteinander Teilen
 - ⇒ Ablenkungen und Störungen ignorieren
 - ⇒ Jemanden höflich unterbrechen oder freundlich um Hilfe bitten
 - ⇒ Um Erlaubnis fragen
 - ⇒ Sich entschuldigen
 - ⇒ Mit dem Druck Gleichaltriger umgehen

3. Umgang mit Ärger und Wut – Begriffsbestimmung

- ❖ Meint ein Bündel von Techniken zur Stressminderung
- ❖ Dabei sollen die Gefühle nicht unterdrückt werden, sondern
- ❖ konstruktiv in eine verträgliche Richtung gelenkt werden

Umgang mit Ärger und Wut – Situationen

- ❖ wie gehe ich mit Verletzungen, um?
- ❖ wie gehe ich mit Beschimpfungen und Hänseleien um?
- ❖ wie gehe ich damit um, dass mir etwas weggenommen wurde?
- ❖ wie gehe ich damit um, dass ich etwas haben will?
- ❖ wie kann ich mich bei einem Kampf heraushalten
- ❖ wie gehe ich mit Kritik und Vorwürfen um?

Umgang mit Ärger und Wut – Training

1. Wie fühle ich mich? (Wahrnehmung körperlicher Signale)
2. Beruhige dich:
 - ❖ Hole dreimal tief Luft
 - ❖ Zähle langsam bis fünf (oder rückwärts)
 - ❖ Denke an etwas Schönes
 - ❖ Sage „Beruhige dich“ zu dir selber
3. Denke laut über die Lösung des Problems nach (siehe Problemlösestrategie)
4. Denke später nochmals darüber
 - ❖ Warum habe ich mich geärgert?
 - ❖ Was habe ich dann gemacht?
 - ❖ Was hat funktioniert? Was hat nicht funktioniert?
 - ❖ Was würde ich beim nächsten Mal anders machen?

Vorgehensweise - Überblick

Empathie:

Empathie meint hier das „sich bewusst sein“, „sensibel sein“ und die Gefühle und Gedanken anderer erkennen und empfinden können UND angemessen darauf reagieren zu können.

Weiters ist es wichtig für die Entwicklung sozialen Verhaltens, damit man bei der Problemlösung einen Weg findet, wo nicht nur einer profitiert und es keine „Verlierer“ gibt.

Lektionen 1 bis 7:

Einführung in das Empathietraining – Das Erkennen von Gefühlen – Ausschau halten nach weiteren Hinweisen – Ähnlichkeiten und Unterschiede – Gefühle verändern sich – Gefühle vorhersagen – Gefühle mitteilen

Impulskontrolle:

Impulskontrolle meint das Vermeiden spontaner Handlungen, d.h. eine Handlung zu stoppen, darüber nachzudenken und überlegt zu reagieren.

Unterdrückung von Impulshandlungen ist für die Gewaltprävention offensichtlich. Damit eine Handlung gestoppt und kontrolliert wird sind Strategien notwendig, nach denen man vorgeht, wenn unangenehme Gefühle „hochkommen“.

Lektionen 1 bis 8:

Einführung in das Lösen interpersoneller Probleme – Das Problem erkennen – Eine Lösung wählen – Schritt für Schritt – Funktioniert sie? – Ablenkungen und Störungen ignorieren – Jemanden bei einer Unterhaltung unterbrechen – Umgang damit, etwas haben zu wollen, das einem nicht gehört.

Umgang mit Ärger und Wut

Ärger und Wut sind Gefühle, die nicht unterdrückt werden sollen. Sie alleine sind auch nicht das eigentliche Problem, es kommt nur darauf an, wie man mit ihnen umgehen lernt. D.h. es wird die Wahrnehmung des Auslösers mit dem Gebrauch positiver Selbstverstärker verknüpft

Lektionen 1 bis 7:

Einführung in den Umgang Ärger und Wut – Auslöser von Ärger und Wut – Sich beruhigen – Selbstgespräche – Nachdenken – Sich aus einem Kampf heraushalten – Umgang mit Hänseleien und Neckereien.

Dauer bei einer Lektion pro Woche:

22 Wochen für die 1. Klassenstufe

15 Wochen für die 2. Klassenstufe

14 Wochen für die 3. Klassenstufe

Man kann auch in der zweiten oder dritten Klassenstufe ganz von vorne beginnen, sollte aber vorher den Level der Kinder abklären. Und in der vierten Klassenstufe kann das Programm von der dritten Klassenstufe wiederholt werden, zur Auffrischung.

Effekte

Bei der englischsprachigen Version 1988 in Seattle mit Second Step wurden folgende Effekte gemessen:

- Kinder zeigten sich empathischer,
- sie hatten bessere Problemlösefähigkeiten,
- die körperlichen Aggressionen sind zurückgegangen und
- mehr prosoziale Verhaltensweisen

Auch 6 Monate danach zeigten sich noch die positiven Effekte

Anwendung in Göttingen 1996/97:

- Steigerung der sozialen Kompetenzen
- Verstärkte Ablehnung aggressiver Verhaltensweisen

Als Schulprojekt 2004/05 in Feldkirch

- Signifikante Verhaltensveränderungen in Richtung positiver Effekte.
 - Kinder versuchten beim Spiel niemanden auszuschließen.
 - Kinder, die weinten wurden von Mitschülern getröstet.
 - Gewisse Situationen wurden ohne Beisein des Lehrers gelöst.
- Verbesserung des Klassenklimas, engerer Zusammenhalt.
- Eigene Ideen von seitens des Lehrers (Verlängerung des Projekts, „HILFE-Dienst“) und der Schüler („Hilfskomitee“).

Vorteile zusammengefasst

1. Innerpsychische Strukturen sind noch nicht verfestigt, d.h. es können soziale, emotionale Kompetenzen spielerisch und lernend vermittelt werden, nach dem Motto: Vorbeugen statt Reparieren!
2. Mit einem Schulprogramm werden viele Kinder erreicht, auch die aus belastenden Familien, die sonst schwer erreichbar sind. Mit dem Vorteil sie werden nicht stigmatisiert!
3. Durch die Durchführung eines langfristig angelegten Curriculums wird das permanente Umsetzen des Gelernten auf konkrete Situationen ermöglicht.
4. Der anfangs größere Zeitaufwand rentiert sich dahingehend, dass Kinder Streitigkeiten selber lösen, Kinder mit zuwenig Aufmerksamkeit ein besonderes Maß an Zuwendung bekommen und somit mehr Zeit für den Fachunterricht bleibt.
5. Es ist ein praxisorientiertes Curriculum, d.h. im didaktischen Aufbau eng an pädagogische Anforderungen einer Schulstufe orientiert.
6. Als übergeordnetes Ziel sind die **Erweiterung des Verhaltensrepertoires** und die gezielte **Förderung sozialer und emotionaler Kompetenzen**. Fazit: es wird die Konfliktfähigkeit und –kompetenz gefördert und deren Selbstwertgefühl.
 - Bei Konflikten wird häufiger verhandelt und konstruktive Vorschläge werden eingebracht.
 - Die Kinder erwerben ein größeres Repertoire an Beruhigungstechniken.
 - Beim Spiel wechseln sich die Kinder häufiger ab.
 - Es wird seltener verbal-aggressiv reagiert.
7. Positive Effekte für die LehrerInnen:
 - Das Klassenklima und das Lernklima empfinden die Lehrer als bejahend
 - Es gibt einen Zuwachs an verbalen Kompetenzen.
 - Der Interaktionsstil ist durch Rücksicht und Toleranz gekennzeichnet