



Förderung emotionaler Kompetenz als Präventionsmaßnahme an Schulen

Ausgehend von der großen Verbreitung psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen legen Pfeiffer und Kolleginnen eine Präventionsstudie vor, die 7-16-jährigen SchülerInnen emotionale Kompetenzen vermitteln sollte. Innerhalb von 3-5 Doppelstunden wurden ihnen dafür die folgenden Inhalte nahegebracht: ein emotionales Bewusstsein entwickeln, Wissen über Emotionen erwerben, empathisch reagieren, Gefühle regulieren und Emotionen akzeptieren. An der Untersuchung waren insgesamt 1.195 SchülerInnen beteiligt.

Das Projekt wurde an 11 Schulen durchgeführt, wobei sowohl Lehrpersonen als auch externe Gruppenleiter beteiligt waren. Erhoben wurden die Akzeptanz der Maßnahmen bei den SchülerInnen und ihr Wissenszuwachs in den oben genannten Inhaltsbereichen. Im Ergebnis wurde eine hohe Akzeptanz festgestellt, wobei die SchülerInnen die Maßnahmen und das Projekt zu 82 und 83% weiterempfehlen. In den Einschätzungen der SchülerInnen verbessert sich die Emotionsregulation ein klein wenig im Vergleich der Messung vor und nach der Maßnahme. Bei allen anderen Zielbereichen - bspw. Anstieg sozialer Unterstützung oder problemorientierte Bewältigung – wurden jedoch nur niedrige Effektstärken im Bereich $d=0,01 - 0,20$ erreicht.

Die Autoren meinen, dass ihr gewählter Ansatz dennoch gut geeignet ist, weil er allgemeine präventive Fertigkeiten vermittelt, störungsübergreifend angelegt ist und sich an alle SchülerInnen der beteiligten Schulen richtet (universelle Prävention). Dementsprechend wird der Erfolg der Studie hauptsächlich in der Verbreitung von störungsübergreifendem Wissen und den dazugehörigen Fertigkeiten zur Gesundheitsvorsorge gesehen.

Kommentar:

Interessierte Leser finden eine umfassendere Beschreibung des Manuals, das in der Präventionsstudie verwendet wurde, sowie eine grundlegende Erläuterung von Konzepten zur Förderung von psychischer Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen.

Pfeiffer, S., Gutzweiler, R., Tschan, T. In – Albon, T. (2019). Konzeption, Akzeptanz und Durchführbarkeit einer modulbasierten universellen Präventionsmaßnahme zur emotionalen Kompetenz für Kinder und Jugendliche an Schulen im Rahmen eines Service-Learning-Konzepts. Verhaltenstherapie, 29, 244-253.