

Was ist PFADE? (Programm zur Förderung alternativer Denkstrategien)

Das Projekt PFADE stammt ursprünglich aus den USA, wo es von Carol A. Kusché und Mark T. Greenberg 1994 als Programm zur Förderung von sozialen und kognitiven Kompetenzen und zur Vorbeugung von Verhaltensproblemen entwickelt wurde. In den USA wird dieses Programm PATHS genannt und wird während der gesamten Schulzeit eingesetzt. PATHS steht für Promoting Alternative Thinking Strategies und ist bereits in verschiedene Sprachen übersetzt worden. Unterrichtet wird PATHS bis jetzt in Holland, England, Kanada, Australien, Kroatien und Israel.

PATHS wurde im Jahre 2004 erstmals im Rahmen eines gross angelegten Forschungsprogramms (www.z-proso.uzh.ch) ins Deutsche übersetzt, um den Programmeffekt zu prüfen. Dieses Programm zur Förderung Alternativer Denkstrategien, genannt PFADE wurde zunächst für die Unterstufe entwickelt und umfasst 46 Lektionen sowie 14 Zusatzektionen. Neben vielfältigem Unterrichtsmaterial und den zahlreichen konkreten Konzepten, wird den Lehrpersonen auch viel Freiraum für die eigene Kreativität gelassen, um so mit den Kindern soziale Fertigkeiten und Kompetenzen zu üben. Ab dem Schuljahr 2009/2010 steht wahrscheinlich auch eine PFADE Version für die Mittelstufe bereit, so dass ganze Schuleinheiten mit dem Programm arbeiten können.

Das Projekt PFADE wurde in der Stadt Zürich und in Hombrechtikon unter wissenschaftlicher Leitung von Dr. Manuel Eisner, Cambridge, umgesetzt. Die Ergebnisse der PFADE Versuche sind ermutigend und wirken in der Praxis überzeugend.

Warum PFADE?

PFADE überzeugt durch eine Reihe von Eigenschaften, die es als Programm zur Gewaltprävention und zur Förderung einer erwünschten Entwicklung auszeichnet:

Evidenzbasierte Prävention

Mit dem PFADE-Programm wird evidenzbasierte Prävention betrieben. Das heisst, dass das Programm direkt auf die Manipulation der tatsächlichen Ursachen des Problembereichs, auf den man präventiv wirken möchte, zielt. Genau dadurch zeichnet sich ein wirksames Präventionsprogramm aus. So werden Massnahmen zur Verminderung oder Verhinderung von unerwünschten Verhaltensweisen möglichst weitgehend auf gesichertes empirisches Wissen abgestützt.

Im Hinblick auf Gewalt, Aggression, Selbstschädigung und Substanzmissbrauch sind unter anderem folgende Risiko- bzw. Schutzfaktoren relevant:

- Selbstkontroll-Fähigkeiten
- Frustrationstoleranz
- soziale Problemlösungsfähigkeiten
- Kognitive Fähigkeiten wie Reflektieren und Planen
- emotionale Kompetenzen (erkennen und benennen von Gefühlen und emotionale Reflektion)
- Fähigkeit zur Empathie und zur Perspektiveübernahme
- positives Selbstwertgefühl
- personale Umwelt der Kinder
- Klima der Schulklasse

PFADE versucht all diese Faktoren so zu schulen, dass sie kein Risiko, sondern Schutzfaktoren darstellen und für das Kind zur Ressource werden. Die Kinder lernen Impulse nicht gedankenlos in Handlungen umzusetzen, sondern innezuhalten und vor dem Handeln über Handlungsmöglichkeiten und –konsequenzen zu reflektieren, sich also zu kontrollieren.

Frühprävention

PFADE setzt an, bevor Feuer im Dach ist. Das PFADE-Programm betreibt Frühprävention bei Kindern der Unter- und Mittelstufe. Somit sollten diese im Jugendalter über Problemlösungsstrategien verfügen, welche ihnen einen kreativen Umgang mit herausfordernden Situationen erlauben.

So können spätere Schäden und zu spät einsetzende, teure Interventions- und Sanktionsmassnahmen im Rahmen gehalten oder gar vermieden werden.



Standardisierung – klare Basis für das Team – Kreativität – Offenheit

PFADE bietet klare und begründete Konzepte, an die man sich bei der Förderung von sozialen Kompetenzen halten kann. Die Lektionen können bei Bedarf eins zu eins übernommen und umgesetzt werden. Die Lehrpersonen haben etwas in der Hand, worauf sie im erzieherischen Bereich zurückgreifen können. Ausserdem bieten die Konzepte und die Sprache des Programms eine wertvolle Grundlage für das Gespräch und die gemeinsame Arbeit im Kollegium, da nicht mehr über alle Details mühsam verhandelt werden muss. Durch die Arbeit mit PFADE erhält man eine Basis, auf der man konstruktiv zusammenarbeiten und am selben Strick ziehen kann. Der Aufbau einer gemeinsamen Schulhaussprache und Schulhauskultur im Bereich der Erziehung wird möglich. So lohnt es sich, wenn die ganze Primarschule am PFADE Projekt mitmacht.

Trotz der klaren und begründeten Konzepte lässt das Curriculum den Lehrpersonen sehr viel Gestaltungsfreiraum, denn PFADE kann auf vielfältige Weise und mit viel Kreativität umgesetzt werden. Die Gestaltungsmöglichkeiten liegen im Bereich der mündlichen Arbeit, im Rahmen der so-

nannten zusätzlichen Aktivitäten, bei den Arbeitsblättern, Hausaufgaben, Geschichten, Rollenspielen, Spielen, beim Einsatz von zusätzlich empfohlenen Büchern, Bildmaterialien, bei der Gestaltung des Schulzimmers, usw.

Einbezug der Eltern

PFADE geht davon aus, dass das Lernen in Abhängigkeit von Sozialisationsrelevanten Systemen erfolgt. Daher werden die Eltern als wichtigste Bezugspersonen des Kindes miteinbezogen. Selbstverständlich richtet sich das Programm grundsätzlich an die Kinder. Schulische Programme, die ausschliesslich die Veränderung des Kindes anstreben, erzielen viel weniger gute Effekte als Programme, die auch positive Veränderungen in der Umgebung des Kindes erreichen. Die Eltern werden daher auf verschiedene Art und Weise berücksichtigt, zum Beispiel durch die Komplimentenliste, durch Befragungen bei den Hausaufgaben oder durch die themenspezifischen Informationsbriefe.

Die Elternbriefe enthalten grundlegende Informationen zu bestimmten Konzepten, die in der Schule besprochen werden. So sind die Eltern stets orientiert, womit sich ihr Kind in der Schule beschäftigt. Die Eltern können so Veränderungen im Verhalten des Kindes besser einordnen und das Kind aktiv auf die behandelten Themen ansprechen, um damit die wünschbare Entwicklung zu unterstützen.

Die Kinder mögen PFADE

Ein letzter und zentraler Punkt, der für PFADE spricht: Die Erfahrung zeigt, dass die Kinder in aller Regel Spass haben an den PFADE-Lektionen.

Ziele von PFADE

Die Ziele von PFADE liegen auf verschiedenen Ebenen:

In Bezug auf die Schulkinder besteht das Ziel in der Minderung des:

- externalisierenden aggressiven Problemverhalten (z.B. andere angreifen, bedrohen, schlagen, plagen, beherrschen, Sachbeschädigung)
- externalisierenden nicht aggressiven Problemverhaltens (z.B. Ablenkbarkeit, wenig Frustrationstoleranz, Unruhe, Unaufmerksamkeit, stehlen, lügen)
- internalisierenden Problemverhaltens und Substanzmissbrauchs (z.B. Ängstlichkeit, sozialer Rückzug, Depressivität, Nervosität, Bedrücktheit)

PFADE soll auch dazu führen, dass die Lernbereitschaft und die Leistungen der Schüler/innen erhöht werden.

In Bezug auf die Schule besteht das Ziel darin:

- das Klassen- und Schulhausklima zu verbessern und angenehmer zu machen. Disziplinarprobleme in Klassen und Schulen sollen somit vermindert werden.

- dass Lehrpersonen durch die Verminderung der Disziplinarprobleme entlastet und Burnouts reduziert werden.

Diese Ziele werden verfolgt, indem mit den Schüler/innen an emotionalen, sozialen, kognitiven und sprachlichen Kompetenzen gearbeitet wird. Auch die Übernahme von Verantwortung wird gefördert. So wird ein positiver Weg beschritten um eine erfreuliche und gesunde Entwicklung von Primarschulkindern zu fördern und zu unterstützen. Die sozialen Kompetenzen helfen somit Risikofaktoren zu reduzieren und gleichzeitig Schutzfaktoren aufzubauen. So wird gezielt an Kompetenzen gearbeitet, die helfen, unerwünschte Entwicklungsverläufe zu verhindern.

Inhalte und Konzepte von PFADE

In PFADE ziehen sich sechs verschiedene Schwerpunktthemen durch das ganze Lehrmittel hindurch und werden in den verschiedenen Unterrichtseinheiten immer wieder aufgenommen und vertieft. Die Einarbeitung und Vertiefung dieser Konzepte geschieht kontinuierlich. Dabei handelt es sich um folgende Schwerpunktthemen:

- Gefühle
- Gesundes Selbstwertgefühl
- Selbstkontrolle
- Soziale Problemlösefertigkeiten
- Soziales Zusammenleben und Freundschaften
- Regeln des Zusammenlebens und Manieren

Gefühle

In den Lektionen zu den Gefühlen werden die Kinder in die verschiedenen Gefühlszustände eingeführt. Anfangs werden einfachere Gefühle wie, fröhlich sein, traurig sein und wütend sein behandelt, wobei es später gezielt auch um komplexere Gefühle wie, sich schuldig fühlen, stolz sein, scheu sein oder sich erniedrigt fühlen, geht. Die Kinder lernen einerseits auf Grund von bestimmten physischen Signalen, andererseits auch durch erhöhte Aufmerksamkeit, bei sich und bei anderen Gefühle wahrzunehmen.

Sie erlernen in einem weiteren Schritt, über den Umgang mit Gefühlen zu reflektieren um so auch konkrete Verhaltensvarianten, wie sie sich bei bestimmten Gefühlen verhalten können, zu üben.

Im Umgang mit den Gefühlen gehört auch dazu, dass die Kinder lernen Gefühle als Signale ernst zu nehmen, denn sie versorgen uns mit Informationen darüber, was mit uns geschieht und was dies in uns auslöst. Erst wenn die Kinder fähig sind, Gefühlslagen gezielt wahrzunehmen, sind sie auch in der Lage, über mögliche Aktions- und Reaktionsmöglichkeiten nachzudenken. Gefühle als Signale zu verstehen bedeutet auch, dass es kein Gefühl gibt, das nicht in Ordnung ist. Im Gegensatz zu den Gefühlen gibt es jedoch Verhaltensweisen, die nicht toleriert werden können.

Für weitere Fähigkeiten, die im PFADE-Lehrmittel angeeignet werden sollen, stellt diese umfangreiche Arbeit mit den Gefühlen eine Art Grundlage bereit. Erst dadurch können effektive Selbstkontrolle und erfolgreiche Problemlösungsstrategien erarbeitet werden.

Gesundes Selbstwertgefühl

Das PFADE Programm hat sich zum Ziel gesetzt, dass alle Kinder über ein gesundes Selbstwertgefühl verfügen. Das Selbstwertgefühl wird vor allem durch das Ritual des so genannten „Kind der Woche“ und durch die Arbeit mit Komplimenten gefördert. Das Kind der Woche hat während einer Schulwoche besondere Aufgaben und Privilegien und steht im Zentrum der Aufmerksamkeit. Der Kreativität, in der Art wie das Kind der Woche hervorgehoben werden kann, werden keine Grenzen gesetzt.

Am Ende seiner „Kind der Woche“ Zeit erhält das Kind ein spezielles Dokument, auf dem Komplimente von Mitschülerinnen und Mitschülern, der Lehrperson, seinen Eltern und sich selbst festgehalten werden. Es erfährt so, dass es geschätzt wird und dass seine Fähigkeiten wahrgenommen werden. Die Kinder lernen Komplimente zu machen, spüren wie gut sich dies anfühlt und können darauf reagieren. So wird auch innerhalb der Klasse eine Kompliment-Kultur gefördert. Die Lehrpersonen richten ihr Augenmerk vermehrt auf positive Geschehnisse und Verhaltensweisen und melden dies den Kindern zurück.

Selbstkontrolle

Die Selbstkontrolle gehört zu den zentralsten Bausteinen von PFADE. Die Fähigkeit der Selbstkontrolle ermöglicht es erst, Probleme und Konflikte überlegt und sozial kompetent zu meistern. So lernen die Kinder, dass es inakzeptables Verhalten gibt und man sich demzufolge, besonders bei unangenehmen und heftigen Gefühlen, beruhigen und kontrollieren können muss. Die Kinder lernen daher, sich selber zu beruhigen. Sie lernen in kritischen Situationen zu stoppen, tief zu atmen und sich über das Selbstgespräch Klarheit über die Situation zu verschaffen. Mit dem Atmen probieren die Kinder die unangenehmen, heftigen Gefühle auszuatmen und sich so zu beruhigen.

Soziale Problemlösestrategien

Der nächste Schwerpunkt in PFADE sind die Problemlösefertigkeiten. Die Kinder lernen einen Ablauf kennen, wie Probleme kreativ angegangen werden können: Nach dem Sich-Beruhigen und der Bestimmung ihres Standortes lernen die Kinder, in eine Planungsphase einzutreten. Beim Nachdenken sollen sie möglichst die verschiedensten Aspekte berücksichtigen.

Zum Schluss gehen die Kinder dazu über, die ihnen am besten erscheinende Lösung auszuprobieren und das Resultat zu evaluieren. Das Problemlöseschema üben die Kinder für Probleme, die sie selbst angehen, aber auch für Probleme, die die Klasse gemeinsam hat.

Soziales Zusammenleben und Freundschaften

Ein weiteres Thema in PFADE ist soziales Zusammenleben und Freundschaften. Beziehungen sind für alle Kinder im Schulalter sehr wichtig und können in Schulklassen auch zu grossen Spannungen führen.

Hier lernen die Kinder unter anderem, wie sie Freundschaften schliessen können, welche Verhaltensweisen Freundschaften angenehm machen, dass es wichtig ist einander zuzuhören und was Fairness und Perspektiveübernahme bedeutet. In den Unterrichtseinheiten setzen sich die Schüler/innen auch mit problematischen Seiten des Zusammenlebens auseinander. So beschäftigen sie sich mit Fragen wie: Was kann ich tun, wenn ich mich ausgeschlossen fühle oder wie kann ich mich wieder versöhnen, wenn es zu Streit kommt.

Regeln des Zusammenlebens und Manieren

In PFADE werden das Verhalten und das Benehmen im engeren Sinne thematisiert. Es geht hier um das Einhalten von Regeln und um Begründungen, wofür Regeln sinnvoll sind.

Zu diesem Bereich gehören die Thematiken der Klassenregel und der guten Manieren. Es wird darüber reflektiert, warum es wichtig ist, sich anderen gegenüber anständig zu verhalten. Die Kinder lernen, was Fairness beim Spielen bedeutet und wie man eine gute Gewinnerin/ein guter Gewinner oder eine gute Verliererin/ein guter Verlierer sein kann.