Clara Kamphausen

Lebenskompetenzen von Kindern stärken – ein Kooperationsprojekt zur Prüfung einer schulbasierten Intervention auf die Resilienz und Selbstwirksamkeit

Lebenskompetenzen von Kindern stärken – ein Kooperationsprojekt zur Prüfung einer schulbasierten Intervention auf die Resilienz und Selbstwirksamkeit

German Sport University Cologne

Kamphausen, C., Graf, C., Strüder, H.K., Quilling, E.

Institut für Bewegungs- und Neurowissenschaft, Deutsche Sporthochschule Köln

Einleitung

Die Prävalenz psychischer Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen steigt; Risikofaktoren sind ein ungünstiges Familienklima, ein niedriger sozioökonomischer Status und Migrationshintergrund (RAVENS-SIEBERER ET AL. 2007; HBSC TEAM DEUTSCHLAND 2011). Ziel des Kooperationsprojektes der AOK Rheinland/ Hamburg, Trägern der Jugendhilfe und der DSHS Köln war es daher, durch eine schulbasierte Maßnahme Kinder in ihren Ressourcen so zu stärken, dass sie mit seelischen Belastungen und Stress besser umgehen und selbst regulieren sowie die eigenen Kompetenzen besser einschätzen können.

Methodik

An der Intervention nahmen 82 SchülerInnen aus jeweils zwei Haupt- und zwei Realschulklassen teil. Als Kontrollgruppe dienten SchülerInnen zweier Hauptschulen bzw. einer Realschule (n=74). Die Basisdaten sind in Tabelle 1 dargestellt.

Die Interventionen bestanden aus 20 Modulen, in denen Themenfelder wie Kommunikation, Selbstwahrnehmung, Stressregulation und Stärken bzw. Gefühle kennen und ausdrücken lernen, zunächst von externen Pädagogen, später von geschulten Lehrpersonal umgesetzt wurden. Die Module wurden über zwei Schulhalbjahre (2. Halbjahr (Hj.) 2012/ 2013; 1. Hj. 2013/2014) einmal wöchentlich umgesetzt. Zur Wirksamkeitsprüfung wurden Fragebögen zur Resilienz und Selbstwirksamkeit zu vier Testzeitpunkten eingesetzt (LEPPERT U.A. 2008; SCHWARZER; JERUSALEM 1999) Baseline/T0, nach dem 1. Hj./T1, nach den Sommerferien/T2, nach dem 2. Hj./T3.

Resultate

Sowohl zu T0, wie auch zu den weiteren Testzeitpunkten (T1 bis T3) gab es bzgl. Alter, Geschlecht sowie der Summenscore von Resilienz und Selbstwirksamkeit keine Unterschiede zwischen den Gruppen (je p>0.05, s. Abb. 2 und 4). Auch zu allen weiteren Testzeitpunkten zeigten sich keine Unterschiede zwischen der IG und der KG, allerdings stieg der Resilienz-Summenscore über die Sommerferien in der KG signifikant (p=0,024), veränderte sich aber nicht während der Schulzeit (s. Abb. 2).

Deskriptiv zeigen sich Unterschiede in Abhängigkeit der Betreuer (Externe versus Lehrpersonal) v.a. bezüglich Resilienz, weniger jedoch bei der Selbstwirksamkeit (s. Abb. 1 und 3).

Zusammenfassung

Eine Förderung von Resilienz und Selbstwirksamkeit durch schulbasierte Maßnahmen scheint machbar. Um allerdings einen nachweisbaren Effekt zu erzielen, sollte die Intervention intensiviert sowie die Integration der Eltern angestrebt werden.

Tabelle 1 –Basisaten der SchülerInnen

	Interventionsgruppe	Kontrollgruppe
Alter (Jahre)	82	74
Geschlecht	w 54%, m 46%	W 44%, m 56%
Schultyp	HS 42%, RS 58%	HS 76%, RS 24%

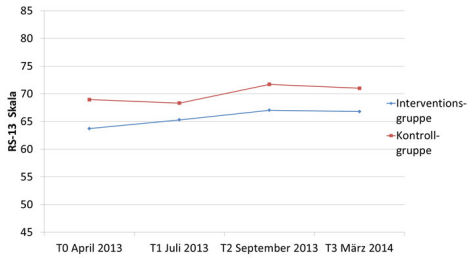

Abbildung 2 – Resilienz im Vergleich Interventions- und Kontrollgruppe

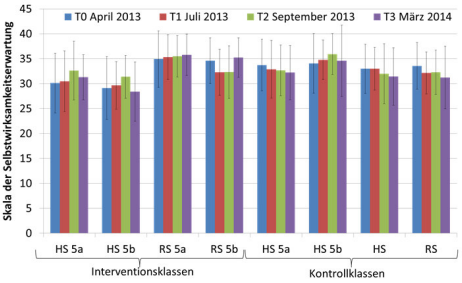

Abbildung 3 – Selbstwirksamkeit im Klassenvergleich

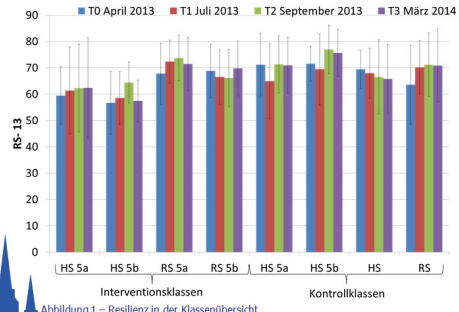

Abbildung 1 – Resilienz in der Klassenübersicht

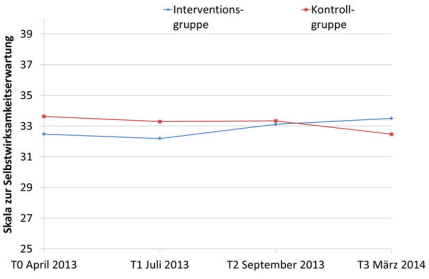

Abbildung 4 – Selbstwirksamkeit im Vergleich Interventions- und Kontrollgruppe

HBSC Team Deutschland Faktenblatt: Zur Studie Health Behaviour in Schoolaged Children. Schulische Belastung von Kindern und Jugendlichen 2009/10. 2011
Ravens-Sieberer et al. (2007) Bundesgesundheitsblatt 50(5):871-78.
Schwarzer, R.; Jerusalem, M. (1999). Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schule.
Leppert, K.; Koch, B.; Brähler, E.; Strauß, B. (2008). Die Resilienzskala (RS) – Überprüfung der Langform RS- 25 und einer Kurzform RS- 13. Klin. Diagnostik u. Evaluation, 1. Jg., 226-243.

Kontakt

Clara Kamphausen
Institution Neuro- und Bewegungswissenschaften
E-Mail: clarakamphausen@gmx.de