



**Franz Petermann
Heike Natzke
Nicole Gerken
Hans-Jörg Walter**

Verhaltenstraining für Schulanfänger

Ein Programm zur Förderung
emotionaler und sozialer Kompetenzen

4., aktualisierte Auflage

Verhaltenstraining für Schulanfänger

**Franz Petermann
Heike Natzke
Nicole Gerken
Hans-Jörg Walter**

Verhaltenstraining für Schulanfänger

Ein Programm zur Förderung emotionaler
und sozialer Kompetenzen

4., aktualisierte Auflage



Prof. Dr. Franz Petermann, geb. 1953. Seit 1996 Direktor des Zentrums für Klinische Psychologie und Rehabilitation an der Universität Bremen.

Dipl.-Psych. Heike Natzke (1962-2008). 1999-2008 Mitarbeiterin am Zentrum für Klinische Psychologie und Rehabilitation der Universität Bremen.

Dipl.-Psych. Nicole Gerken, geb. 1972. Seit 2010 als niedergelassene Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche in Bremerhaven tätig.

Dr. Hans-Jörg Walter, geb. 1951. Seit 1999 als niedergelassener Psychotherapeut für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Bremen tätig.

Wichtiger Hinweis: Der Verlag hat gemeinsam mit den Autoren bzw. den Herausgebern große Mühe darauf verwandt, dass alle in diesem Buch enthaltenen Informationen (Programme, Verfahren, Mengen, Dosierungen, Applikationen, Internetlinks etc.) entsprechend dem Wissensstand bei Fertigstellung des Werkes abgedruckt oder in digitaler Form wiedergegeben wurden. Trotz sorgfältiger Manuskriptherstellung und Korrektur des Satzes und der digitalen Produkte können Fehler nicht ganz ausgeschlossen werden. Autoren bzw. Herausgeber und Verlag übernehmen infolgedessen keine Verantwortung und keine daraus folgende oder sonstige Haftung, die auf irgendeine Art aus der Benutzung der in dem Werk enthaltenen Informationen oder Teilen davon entsteht. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann also nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Copyright-Hinweis:

Das E-Book einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar.

Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG

Merkelstraße 3

37085 Göttingen

Deutschland

Tel.: +49 551 999 50 0

Fax: +49 551 999 50 111

E-Mail: verlag@hogrefe.de

Internet: www.hogrefe.de

Illustrationen: Iris Walter

Umschlagabbildung: © LuckyImages – Fotolia.com

Satz: ARThür Grafik-Design & Kunst, Weimar

Format: PDF

4., aktualisierte Auflage 2016

© 2006, 2013, 2016 Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen

(E-Book-ISBN [PDF] 978-3-8409-2709-6; E-Book-ISBN [EPUB] 978-3-8444-2709-7)

ISBN 978-3-8017-2709-3

<http://doi.org/10.1026/02709-000>

Nutzungsbedingungen:

Der Erwerber erhält ein einfaches und nicht übertragbares Nutzungsrecht, das ihn zum privaten Gebrauch des E-Books und all der dazugehörigen Dateien berechtigt.

Der Inhalt dieses E-Books darf von dem Kunden vorbehaltlich abweichender zwingender gesetzlicher Regeln weder inhaltlich noch redaktionell verändert werden. Insbesondere darf er Urheberrechtsvermerke, Markenzeichen, digitale Wasserzeichen und andere Rechtsvorbehalte im abgerufenen Inhalt nicht entfernen.

Der Nutzer ist nicht berechtigt, das E-Book – auch nicht auszugsweise – anderen Personen zugänglich zu machen, insbesondere es weiterzuleiten, zu verleihen oder zu vermieten.

Das entgeltliche oder unentgeltliche Einstellen des E-Books ins Internet oder in andere Netzwerke, der Weiterverkauf und/oder jede Art der Nutzung zu kommerziellen Zwecken sind nicht zulässig.

Das Anfertigen von Vervielfältigungen, das Ausdrucken oder Speichern auf anderen Wiedergabegeräten ist nur für den persönlichen Gebrauch gestattet. Dritten darf dadurch kein Zugang ermöglicht werden.

Die Übernahme des gesamten E-Books in eine eigene Print- und/oder Online-Publikation ist nicht gestattet. Die Inhalte des E-Books dürfen nur zu privaten Zwecken und nur auszugsweise kopiert werden.

Diese Bestimmungen gelten gegebenenfalls auch für zum E-Book gehörende Audiodateien.

Anmerkung:

Sofern der Printausgabe eine CD-ROM beigelegt ist, sind die Materialien/Arbeitsblätter, die sich darauf befinden, bereits Bestandteil dieses E-Books.

Vorwort zur 4. Auflage

Der Bedarf an frühzeitiger und systematischer Verhaltensförderung unserer Kinder ist in den vergangenen Jahren seit der Veröffentlichung dieses Trainingsprogramms weiterhin gestiegen. Es ist letztlich die Vielfalt der Nachrichten über auffälliges und aggressives Verhalten von Kindern und Jugendlichen, die scheinbare „Salonfähigkeit“ mangelnder Wertschätzung, Gleichgültigkeit und Rücksichtslosigkeit, die uns im alltäglichen Miteinander oft beunruhigen.

Diese Entwicklung hat in jüngerer Zeit nicht nur öffentliche Diskussionen darüber entfacht, sondern auch zu Initiativen geführt, die eine systematische Verhaltensförderung von Kindern unterstützen. Vor allem das zum 01.01.2016 in Kraft getretene Präventionsgesetz wird in Deutschland die Verbreitung und Finanzierung von präventiven Maßnahmen im schulischen Kontext unterstützen.

Eine Initiative haben wir selbst ins Leben gerufen: Mit unserem Luxemburger Modell einer frühzeitigen, breit gefächerten und langfristig angelegten sozialen Förderung von Kindern wird dieses Training zu einem Baustein in einer Reihe von unterschiedlichen Präventionsmaßnahmen. Das „Verhaltenstraining im Kindergarten“ (Koglin & Petermann, 2013) und das „Verhaltenstraining in der Grundschule“ (Petermann, Koglin, Natzke & von Marées, 2013), ein Programm für Kinder der dritten und vierten Klassen, bilden einige Facetten dieser Initiative. Darüber hinaus konnten wir von 2013 bis heute unser neues „Emotionstraining in der Schule“ (Petermann, Petermann & Nitkowski, 2016) entwickeln und überprüfen. Dieses Training ist für alle Schultypen der fünften bis siebten Klasse geeignet. Ein wichtiges Angebot stellt auch unser JobFit-Training für Abschlussklassen der Haupt- und Realschule dar (Petermann & Petermann, 2010), das ab der achten Klasse durchführbar ist.

Wenn sich eine Schulklasse für die Durchführung des Verhaltenstrainings entscheidet, so ist das ein guter Anfang, der allerdings von der Klassenebene auf die Schulebene ausgeweitet werden sollte, damit die festgelegten Verhaltensweisen und Konfliktlösungen einen verlässlichen und allgemeingültigen Charakter bekommen. Auf der Schulebene sollten Konzepte erarbeitet werden, die für alle Schülerinnen und Schüler der Schule und natürlich auch für alle Lehrkräfte Gültigkeit haben. Dieses betrifft das Verhalten auf dem Schulweg, im Unterricht, in den Pausen wie in der Betreuung gleichermaßen. Hilfreich könnten hier Initiativen zur Entwicklung von sozialen Regeln zur Verbesserung des sozialen Miteinanders in der Schule sein. Eltern könnten auch in möglichen Arbeitsgruppen (z. B. der Klassenelternsprecher) mit einbezogen werden. Ein langfristiger Handlungsplan verschafft Lehrkräften wie Kindern Sicherheit, Orientierung und mehr Spaß am Lernen und Lehren.

Mit der vierten Auflage unseres „Ferd-Trainings“, wie Kinder das „Verhaltenstraining für Schulanfänger“ vielfach nennen, verfolgen wir weiterhin die rechtzeitige und gezielte Verhaltensförderung von Kindern zu Beginn ihrer Schulzeit. In diese aktualisierte Auflage sind wertvolle Erfahrungen von Lehrkräften, Pädagogen schulexterner Einrichtungen und Psychologen eingeflossen, die das Training regelmäßig durchführen. Zudem wurde unser Buch um ein ausführliches Glossar ergänzt.

Bremen, im Februar 2016

Für die Autorengruppe
Prof. Dr. Franz Petermann

Vorwort zur 1. Auflage

Jeder Übergang im Leben ist mit neuen Anforderungen und Aufgaben verbunden. Mit dem Eintritt in die Schule beginnt der „Ernst des Lebens!“ – so drohten uns früher unsere Eltern. Die Einschulung ist oft gleichbedeutend mit dem ersten, unumkehrbaren Schritt des Kindes ins Erwachsenenleben. Man wird erstmals mit unausweichlichen Anforderungen, festen „Dienstzeiten“, „Urlaub“ (Ferien), Aufgaben und Hausaufgaben konfrontiert. Die Kinder arbeiten in weitgehend willkürlich zusammengesetzten Gruppen, die abgelieferte Arbeit wird bewertet und ein Curriculum gibt das Arbeitstempo vor.

Viele Kinder sind diesen neuen Herausforderungen nicht gewachsen. Sie reagieren mit ungünstigem Sozialverhalten. Ungünstiges Sozialverhalten (mangelnde Mitarbeit, Unsicherheit, soziale Angst, oppositionell-aggressives Verhalten) gefährdet jedoch den Schulerfolg. Gerade in der Phase des Schulbeginns führt ungünstiges Sozialverhalten oft zu schlechten Schulleistungen. Darüber hinaus torpediert ungünstiges Sozialverhalten das „soziale Klima“ in der Klasse. Wenn bereits beim Eintritt in die Schule „das Faustrecht“ regiert, kann sich das Verständnis für soziale Regeln, die Freude am konstruktiven Wettbewerb und besonders die Entwicklung von Teamgeist nur sehr bedingt herausbilden.

Aus diesem Grund traten die Bremer Schulbehörde, das Landesinstitut für Schule (LIS) des Landes Bremen und die Senatorische Behörde für Bildung und Wissenschaft (Bremen) mit der Bitte an uns heran, ein präventives Verhaltenstraining für Schulanfänger zu entwickeln. Eine Arbeitsgruppe des Zentrums für Klinische Psychologie und Rehabilitation um Frau Dr. Dorothee Verbeek erarbeitete mit mir vor dem Hintergrund internationaler und eigener Präventionsprogramme ein Konzept, das vom Land Bremen finanziell unterstützt und gemeinsam mit dem Landesinstitut für Schule (LIS) realisiert wurde. Das Land Bremen übernahm den Hauptanteil der Kosten dieses Praxisprojektes, das in den Jahren 1999 und 2000 durchgeführt wurde.

Frau Dipl.-Psych. Heike Natzke und Dipl.-Psych. Nicole Gerken ist die Umsetzung des theoretischen Konzeptes in das nun vorliegende Verhaltenstraining für Schulanfänger zu verdanken. Zu ihren besonderen Leistungen gehörte darüber hinaus die Entwicklung und Durchführung der Lehrerfortbildungen, die Gestaltung unserer „Ferd-Geschichte“ und vieles andere mehr. Mit Rat und Tat und seiner langjährigen praktischen Erfahrung als Psychologischer Psychotherapeut stand uns dabei Dr. Hans-Jörg Walter zur Seite. Frau Iris Walter (Bremen) erstellte als Mitglied unserer Gruppe alle Zeichnungen.

Wir bedanken uns bei den vielen Bremer Grundschulen, die uns durch ihre Kooperation und ihr Engagement unterstützten. Die Begeisterung der Lehrer, der Eltern und der Kinder verdeutlichte uns unmittelbar, dass unser eingeschlagener Weg richtig war.

Den Lesern und den Kindern, die mit unserem Training arbeiten, wünschen wir Spaß und Erfolg. Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wenn Sie unsere Hilfe bei der Umsetzung des Trainings brauchen.

Bremen, im Februar 2002

Für die Autorengruppe
Prof. Dr. Franz Petermann

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	13
2	Trainingsbereich: Sozial-kognitive Kompetenzen	16
3	Trainingsbereich: Emotionale Kompetenzen	20
4	Trainingsbereich: Soziale Kompetenzen	24
5	Problematisches Sozialverhalten	27
6	Lerntheoretische Grundlagen	30
7	Klassenführung und Problemmanagement	33
7.1	Schulwirklichkeit und proaktives Lehrerverhalten	33
7.2	Klare und bestimmte Anweisungen geben	35
7.3	Verhalten fördern durch positives Verstärken (Loben)	37
7.4	Mögliche Konsequenzen bei Nichtbefolgen einer Anweisung	38
7.5	Mögliche Konsequenzen bei erneutem Auftreten des Problem- verhaltens (Auszeit)	39
7.6	Abschließende Bemerkungen	43
8	Konzeption und Aufbau des Verhaltenstrainings	45
8.1	Zum Präventionsbegriff	45
8.2	Rahmenbedingungen des Verhaltenstrainings für Schulanfänger	45
8.3	Ziele des Verhaltenstrainings	47
8.4	Aufbau des Trainings	48
8.5	Die „Schatzsuche“ als didaktischer Rahmen des Trainings	52
8.6	Die Handpuppe „Ferd“	53
8.7	Aufbau der Trainingssitzungen	53
8.8	Verlaufskontrolle	54
9	Umgang mit den Materialien	56
9.1	Umgang mit dem Trainingsvertrag	56
9.2	Umgang mit dem Verstärkerplan	57

9.3 Einsatz von Selbstinstruktionen	59
9.4 Der „Ferdi-Plan“	59
9.5 Rollenspiele	61
9.6 Umgang mit Transfer- und Hausaufgaben: Die Ferdi-Aufgaben	61
10 Einbeziehen der Eltern	63
11 Inhalte und Instruktionen des Trainings	71
11.1 Ferdi stellt sich vor	73
11.2 Die Schatzsuchergeschichte	78
11.3 Der Schatzsuchervertrag	91
11.4 Der Schatzsucherruf	110
11.5 Das Orakel	115
11.6 Das Missverständnis	118
11.7 Baltasar ist traurig	124
11.8 Wir helfen Baltasar!	133
11.9 Mortimer hat Angst	141
11.10 Wir helfen Mortimer!	148
11.11 Cäsar ärgert sich	155
11.12 Wir helfen Cäsar!	162
11.13 Wir haben viele Gefühle!	168
11.14 Das „Wann-bekomme-ich-Ärger?“-Spiel	183
11.15 Wir lernen Rollenspielregeln!	196
11.16 Mein Platz ist besetzt!	201
11.17 Die Beschimpfung	210
11.18 Das Missgeschick	214
11.19 Das Federmäppchen	222
11.20 Lust auf Kekse	231
11.21 Vordrängeln am Kiosk	239
11.22 Das Murmelspiel	247
11.23 Der Klassenkasper	255
11.24 Die Bewährungsprobe	263
11.25 Die Drachenprüfung	271
11.26 Der Schatz wird gehoben!	278
11.27 Was wir von Ferdi gelernt haben und wie es weitergeht	282
11.28 Hinweise zur Stabilisierung der Effekte	287
12 Überprüfung der Wirksamkeit	289
Literatur	297

Glossar	301
Anhang	307
Trainerbeobachtungsbogen	309
Problemanalysebogen	312
Arbeitsbogen „Konkretisierung des Zielverhaltens“ (Schatzsucherregeln) ..	313
Arbeitsbogen „Logische Konsequenzen bei Regelbefolgung und Regelverletzung“	314
Materialien auf der CD-ROM	315

1 Einleitung

Schulisches Lernen und Sozialverhalten entscheiden über den Schulerfolg eines Kindes. Oft behindert ungünstiges Sozialverhalten das schulische Lernen. Um die Schullaufbahn von Anfang an positiv zu beeinflussen, entwickelten wir seit 1999 ein neues Programm für die Phase des Schulbeginns, um den Kindern das „Einleben“ in die Schule zu erleichtern.

Wir bezeichnen unser Programm als „Verhaltenstraining“, wobei diese Wortwahl verdeutlichen soll, dass Sozialverhalten lern- und einübbar ist. Durch das Einüben von positivem Sozialverhalten soll problematisches Sozialverhalten reduziert werden. Problematisches Sozialverhalten wird vielfach schon im Kindergarten beobachtet und vom sozialen Bezugsfeld des Kindes oft (ungewollt) bekräftigt. Das bewirkt, dass Kinder bestimmte emotionale und soziale Fertigkeiten (= Kompetenzen) nicht entwickeln. Neuere entwicklungspsychologische Studien weisen zudem darauf hin, dass der Erwerb sozialer Fertigkeiten ein breites Spektrum an sozial-kognitiven und emotionalen Kompetenzen voraussetzt. So mangelt es Kindern mit auffälligem Sozialverhalten häufig an geeigneten Emotionsregulationsstrategien (Kullik & Petermann, 2012; Petermann & Wiedebusch, 2016; Webster-Stratton, 2000). Der Erwerb wirksamer Emotionsregulationsmuster ist eng mit der Fähigkeit zur Aufmerksamkeits- und Verhaltenssteuerung verbunden. So gelingt es beispielsweise sozial kompetenten Kindern besser, ihre selektive Aufmerksamkeit auf positive Reize zu lenken. Kinder können auf diese Weise ihre Erregung reduzieren. Umgekehrt schaffen es Kinder weniger gut, ihre Aufmerksamkeit in problematischen Situationen auf deren positive Aspekte zu fokussieren (Eisenberg et al., 2005). Eine differenzierte soziale Wahrnehmung bildet demnach einen bedeutsamen Faktor im Rahmen der Entwicklung von sozial-kognitiven Kompetenzen und muss bereits früh gefördert werden (Beelmann & Lösel, 2005).

Durch ein frühzeitig durchgeführtes Verhaltenstraining kann es gut gelingen, sozial-kognitive, soziale und emotionale Kompetenzen bei Schulanfängern aufzubauen, um so der Entwicklung unangemessener Verhaltensweisen entgegenzuwirken. Das im Folgenden dokumentierte Programm wurde wissenschaftlich überprüft und die Stabilität der Ergebnisse konnte belegt werden (vgl. Gerken et al., 2002; Natzke & Petermann, 2009; Petermann & Natzke, 2008). Unser Verhaltenstraining basiert auf verhaltenspsychologischen Prinzipien, die in diesem Buch kurz ausgeführt werden. Als weiterführende Literatur zur Erläuterung verhaltenspsychologischer Prinzipien empfehlen wir die Übersichten von Linden und Hautzinger (2015) sowie von Petermann (2015).

Bevor auf die Grundlagen des Verhaltenstrainings eingegangen wird, soll das Trainingspaket kurz skizziert werden. Das Paket setzt sich aus drei Komponenten zusammen: