



Am Beispiel von Benjamins Zornausbrüchen diskutiert die dritte Klasse von Co-Schulleiterin Andrea Griesmaier den Umgang mit Wut und Frust im Alltag.

## Wohin mit der Wut? Mit dem Gewaltpräventionsprogramm PFADE lernen Kindergärtler und Primarschüler, ihre Gefühle zu äussern und Sozialkompetenz zu entwickeln. Ein Fachteam der Universität Zürich begleitet die Schulen.

Text: Charlotte Spindler Foto: Hannes Heinzer

Robin sitzt auf einem schön geschmückten Stuhl, auf dem Kopf trägt er eine Krone aus goldenem Stoff. Er lächelt – ein bisschen stolz, ein bisschen verlegen. Während einer Woche hat er eine besondere Stellung: Er ist in Caroline Fähndrichs Kindergartenklasse das Kind der Woche. Im Korridor des Schulhauses Moos in Rüslikon hängt sein Bild neben Fotos von anderen Kindern der Woche aus weiteren Klassen. Das Los entscheidet; die auserkorenen geniessen während fünf Tagen besondere Aufmerksamkeit und kleine Privilegien. Die Mitschülerinnen und Mitschüler sagen, was sie besonders nett finden, was er oder sie besonders gut kann. Komplimente sind ein wichtiges Element im PFADE-Programm. PFADE steht für: Programm zu Förderung Alternativer Denkstrategien. Es ist ein Gewaltpräventionsprojekt, das an verschiedenen Schulen

im Kanton Zürich läuft – und von der Universität Zürich begleitet wird.

Caroline Fähndrich sammelt ihre Kindergärtlerinnen und Kindergärtler im Kreis. Sie hat zwei Handpuppen mitgebracht, die angeregt von einem Streit um einen Schlitten berichten. Sie fragt in die Runde: «Was kann man denn tun in einem solchen Falle?» Ein Bub sieht das pragmatisch: «Zusammen auf den Schlitten sitzen!» Ein Mädchen meint: «Frieden machen!» Die Kindergärtnerin hakt nach: «Aber wie geht das?» Eifrig erzählen die Kinder, was in ihrem Alltag zu Zwistigkeiten führen kann und was hilft, Streit zu schlichten. «Beim Friedenmachen schütteln wir uns die Hand», wirft jemand ein.

Komplimente sind eine Form von Wertschätzung und Anerkennung – das verstehen bereits die Kleinsten. Das Suchen von Lösungen bei Streit ist

genauso Element von PFADE wie die «Gefühlsuhr», die jedes Kind besitzt und mit der es ausdrücken kann, wie es sich gerade fühlt. Sie wird manchmal während einer Stunde zwei-, dreimal verstellt; der Lehrperson ermöglicht sie, mit den Kindern darüber zu sprechen, was sie freut und bewegt. Glück ist, am Wochenende zu den Grosseletern zu fahren. Stolz macht eine selbst gebaute Burg, die noch nicht eingestürzt ist. Die Kinder beteiligen sich aktiv am Gespräch; es bereitet ihnen offensichtlich wenig Mühe, über komplexe Dinge wie Freude, Stolz und Zorn zu reden.

### Den Ballon nicht platzen lassen

In Rüslikon haben der Kindergarten und die Primarschule das Programm PFADE zu Beginn des Schuljahrs 2012/2013 übernommen. «Wir suchten nach einem Konfliktlösungsmodell für

die ganze Schule», erklärt Schulleiter Michael Müller. «Das PFADE-Konzept überzeugte: In beiden Schulhäusern sprachen sich die Teams einhellig dafür aus.»

In der dritten Klasse von Co-Schulleiterin Andrea Griesmaier haben die Kinder auf grosse Papierbahnen geschrieben, was sie ärgert und was sie freut. Die Lehrerin erzählt die Geschichte von Benjamin, der zu Hause oftmals Ärger hat oder macht. Wut, das ist wie ein roter Ballon im Bauch, der immer grösser wird und zu platzen droht. «Wer kennt das auch?», fragt Andrea Griesmaier. Viele Hände schiessen in die Höhe. In der Geschichte ist es ein Vogel, der Benjamin helfen will, seine Wut zu meistern. Aber auch ohne Wundervogel gibt es Möglichkeiten, den Ballon nicht platzen zu lassen. Nun sollen die Schülerinnen und Schüler aufschreiben oder zeichnen, was ihnen selber schon geholfen hat.

Benjamin und der rote Ballon – er steht für Selbstkontrolle –, die Gefühlsuhr und das Ansprechen von Gefühlen gehören zu den festen Bestandteilen des PFADE-Programms. Hinzu kommen weitere Bausteine wie Problemlösungsfähigkeit und Regeln des Zusammenlebens. Und wichtig sind Themen wie Freundschaft, Beziehungen und der Erwerb von Lern- und Organisationsstrategien. Die Lehrpersonen erhalten umfangreiche Materialien und arbeiten je nach Alter der Schülerinnen und Schüler unterschiedlich an den Themen. Sie bestimmen selbst, wie die Lektionen ausgestaltet und in den Schulalltag angepasst werden.

Christoph Anderegg vom Institut für Erziehungswissenschaft der Universität Zürich ist ehemaliger Schulleiter und gehört seit bald zwei Jahren zum Fachteam des Instituts für Erziehungswissenschaft der Universität Zürich. Er begleitet die Rüschtliker Schulen. «Das PFADE-Programm ist praxisnah und lässt sich gut in den Schulalltag integrieren», findet er. «Im Prinzip arbeiten Lehrpersonen eineinhalb Stunden pro Woche mit PFADE, manchmal ein Jahr lang, oft aber länger, wobei diese Zeit beispielsweise im Fach Mensch & Umwelt eingeplant werden kann, aber auch im Sprachun-

### Das Programm PFADE

PFADE (Programm zur Förderung Alternativer Denkstrategien) ist eine Adaption des in den USA entwickelten Präventionsprogramms PATHS (Promoting Alternative Thinking Strategies) und wird in verschiedenen Ländern angewendet. Im Rahmen eines Forschungsprojekts wurde PFADE ab 2004 an Schulen in der Stadt Zürich und in Hombrechtikon erprobt; seit 2008 bietet das Institut für Erziehungswissenschaft der Uni Zürich unter der Leitung von Rahel Jünger das Programm interessierten Schulen in der Deutschschweiz an. Rahel Jünger: «Sehr viele Schulen sind heute mit der grossen Heterogenität der Schülerschaft und mit anstrengenden und auffallenden Verhaltensweisen ihrer Schüler konfrontiert: PFADE kann auf längere Sicht entlastend wirken.» Zielgruppe sind Kindergärten, Unter- und Mittelstufen. Derzeit arbeiten über 1100 Klassen mit PFADE. Interessierte Schulen werden über das Programm informiert und erhalten eine Offerte, es folgen eine zweitägige Schulung und eine Vertiefungsveranstaltung vor Ort. Ein Mitglied des PFADE-Fachteams begleitet die Lehrpersonen bei der Umsetzung, wobei der Coach jede Klasse zweimal besucht und anschliessend die Lehrperson berät – einbezogen sind auch Schulsozialarbeiter, schulische Heilpädagoginnen und Eltern. Die Kosten trägt die Schule; in der Stadt Zürich übernimmt sie die Fachstelle für Gewaltprävention. Seit fast zehn Jahren läuft an der ETH Zürich die Studie z-Proso, die langfristige Wirkungen von PFADE und des Elternbildungsprojekts Triple P untersucht.

➤ [www.z-proso.ethz.ch](http://www.z-proso.ethz.ch), [www.gewaltpraevention-an-schulen.ch](http://www.gewaltpraevention-an-schulen.ch)

### Weitere Konfliktlösungsprojekte

- **Faustlos:** In wenigen Lektionen lernen Kinder (ab Kindergarten), konstruktiv mit Ärger und Wut umzugehen. Faustlos richtet sich an alle Kinder einer Klasse, sodass potenzielle Täter und Opfer profitieren. Die Lehrpersonen werden durch eine Fortbildung vorbereitet. Das Projekt basiert auf dem wissenschaftlich fundierten amerikanischen Programm Second Step.

➤ [www.faustlos.ch](http://www.faustlos.ch)

- **Peacemaker/Konfliktlotsen:** Schülerinnen und Schüler lernen, Streit – auf dem Pausenplatz, dem Schulweg oder während des Unterrichts – zu schlichten. Zielgruppe: Kinder zwischen der 4. und der 9. Klasse. Die Schule Hombrechtikon war eine der Vorreiterinnen; seit über zehn Jahren führt sie das Projekt auf der Mittel- und der Oberstufe. In der Stadt Zürich bietet die Fachstelle für Gewaltprävention das Projekt Konfliktlotsen an.

➤ [www.ncbi.ch/de/programme/pm](http://www.ncbi.ch/de/programme/pm); [www.stadt-zuerich.ch](http://www.stadt-zuerich.ch) > nach Stichworten suchen: Konfliktlotsen

- **Ideenbüro:** Ältere Schülerinnen und Schüler beraten jüngere zu festgelegten Zeiten. Oft geht es dabei um Erlebnisse von Gewalt – angefangen bei verbalen Sticheleien (vgl. Porträt der Gründerin in Schulblatt 5/12).

➤ [www.ideenbuero.ch](http://www.ideenbuero.ch)

terricht.» Er betont, dass PFADE auch Sprachförderung bedeute: «Es wird diskutiert, Texte werden geschrieben und vorgelesen und es gibt Rollenspiele.» Christoph Andereggs Erfahrung zeigt, dass das Präventionsprogramm sich positiv auf das Klassen- und das Schulhausklima auswirkt: «Ich erlebe immer wieder, dass Kinder, die

Erfahrungen mit PFADE haben, einen anderen Umgang mit Konflikten mitbringen.» So zeige ein Kind dem Gegenüber zum Beispiel eine Gefühlskarte, damit dieses verstehe, wie es sich fühlt. «Danach sagt das Gegenüber vielleicht: Oh, sorry, das wollte ich nicht – und der Konflikt kann schon gar nicht ausbrechen.» ○