

Starke Kinder, starke Jugendliche durch Lebenskompetenzen  
Mag. Ingrid Rabeder-Fink, Institut Suchtprävention

Schule beeinflusst die Identitätsentwicklung in erheblichem Ausmaß. Das, was die Kinder hier erleben, leistet einen Beitrag für die Identitätskonstruktion der jungen Menschen: Wer bin ich? Was kann ich? Fühle ich mich kompetent und leistungsfähig? Bin ich erfolgreich, leistungsfähig, gescheit? Was sind meine Stärken, was meine Schwächen? Habe ich Einfluss? Kann ich etwas? Gehöre ich dazu? Ist das, was ich denke wichtig? Bin ich liebenswert? Kann ich mich durchsetzen oder muss ich mir alles gefallen lassen? Was kann ich mir zutrauen? Kann ich Aufgaben bewältigen/Probleme lösen?

Das Selbstschema (das sind meine Eigenschaften, das halte ich von mir, das kann ich), das Kinder aufgrund von Erfahrungen, Rückmeldungen und sozialen Vergleichen entwickeln steuert sehr stark, wie Kinder zukünftige Erfahrungen verarbeiten, was sie sich zutrauen und welche Perspektiven sie entwickeln können. Es ist daher sehr wichtig, Kinder in ihrer Persönlichkeitsentwicklung so früh wie möglich zu unterstützen: in der Familie, in Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen, in der Schule\*.

Damit werden - aus suchtpreventiver/gesundheitsförderlicher/gewaltpreventiver Sicht - zentrale Schutzfaktoren gezielt aufgebaut: Beziehungs- und Konfliktfähigkeit, die Fähigkeit, Emotionen wahrzunehmen und zu regulieren, ein positives Selbstwertgefühl, ein aktiver Problembewältigungsstil, selbstständige Urteilsbildung, Selbstbehauptung und Standfestigkeit, Bescheid zu wissen über mögliche Risiken.

Diese Schutzfaktoren können in allen pädagogischen Handlungsfeldern gut gefördert werden. Zum einen durch Schaffung eines guten sozialen Klimas, guter Arbeitsbedingungen und der Unterrichtsqualität, zum anderen durch die gezielte Förderung der Persönlichkeitsentwicklung etwa durch den Einsatz von Lebenskompetenzprogrammen wie Eigenständig werden, PLUS, Erwachsen werden. Weitere Programme, mit dem Schwerpunkt soziale Kompetenz und Gewaltprävention sind WiSK und Faustlos.

Durch die Programme Eigenständig Werden und Plus sollen u.a. folgende Kompetenzen gezielt gefördert werden:

- Sich selbst gut wahrnehmen und die eigenen Gedanken, Gefühle, Bedürfnisse ausdrücken können als Voraussetzung für Einfühlungsvermögen und erfolgreiche Kommunikation
- Sich in andere einfühlen können.
- Sich verbal und nonverbal angemessen ausdrücken können.
- Meinung, Wünsche äußern können; nein sagen können; Gruppendruck, Werbung und Medien widerstehen können.
- Konstruktiv mit Problemen des täglichen Lebens umgehen können.
- Mit Stress und negativen Emotionen umgehen können.
- Durch die Aneignung von gesundheitsbezogenem Wissen in verschiedenen Bereichen gegenüber Medienkonsum, Alkohol, etc. kritisch sein und eigene Entscheidungen treffen können.

Die Effekte, die durch die Durchführung dieser Programme erzielt werden, wirken sich auf alle schulischen Prozesse günstig aus:

Verbesserung des sozialen Klimas, Integration von Kindern, die soziale Probleme haben, Verbesserung von Akzeptanz und Unterstützung durch SchulkollegInnen, Verbesserung der

Lehrer-Schüler-Beziehungsebene. Diese Faktoren sind gleichzeitig Voraussetzung für ein produktives Lernklima. Es ist inzwischen ja sehr deutlich belegt (Neurobiologie, Bindungsforschung, ...), dass Interesse an der Person, soziale Anerkennung, wahrgenommene Wertschätzung, Fairness und Vertrauen das neurobiologische Motivationssystem aktivieren, das Fehlen dieser Komponenten zur Aktivierung des Stresssystems führt und dadurch Lernprozesse behindert werden.

Dass die Qualität der Interaktionen im Klassenzimmer den Lernerfolg deutlich beeinflusst, ist durch die Schulforschung deutlich belegt, jüngst auch in Hattie-Studie .

Gezielte Förderung von Kindern und Jugendlichen ist angesichts der aktuellen gesellschaftlichen Entwicklung dringend „indiziert“. Heranwachsende stehen unter permanentem Druck. Der schrumpfende Arbeitsmarkt, der durch harte Verdrängungswettbewerbe und eine hohe Sockelarbeitslosigkeit gekennzeichnet ist, führt dazu, dass nur ein Teil der jungen Generation Möglichkeiten für den Einstieg in anspruchsvolle Berufslaufbahnen hat. Jugendliche sind von der Verschlechterung der Arbeitsmarktlage besonders betroffen. Diese Entwicklung führt dazu, dass Heranwachsende unter massivem Druck stehen. Die unzureichende Bewältigung von psychischen Anforderungen und sozialen Anforderungen nimmt zu.

\*Für die psychische Gesundheit besonders wichtige Dimensionen (Bilz, 2011) der schulischen Umwelt sind zum einen die Unterrichtsqualität (interessant gestaltet, lebensnah, dem Ausgangsniveau der SchülerInnen angepasst), zum anderen soziale Erfahrungen (Erleben von Akzeptanz und Unterstützung durch die MitschülerInnen). Defizitäre Beziehungen zu Mitschülern, soziale Ausgrenzung und Mobbing gelten als zentrale Risikofaktoren für die Entwicklung von Heranwachsenden. Ein Entwicklungsrisiko stellt auch das ständige Erleben von Überforderung, Langeweile und fehlender Unterstützung durch Lehrpersonen dar. )

Auch die Qualität der Beziehung zwischen PädagogInnen und Kinder/Jugendlichen ist im Hinblick auf Suchtprävention äußerst relevant. Selbstwert entsteht durch wertschätzenden Umgang, durch die Botschaft „du bist mir wichtig um deinewegen“. Wird der Wert eines Menschen vorwiegend an die kognitive Leistungsfähigkeit oder angepasstes Sozialverhalten geknüpft, ist dies gerade für Kinder, die hier Schwierigkeiten haben, äußerst problematisch.