



## **Eltern und Schule stärken Kinder (ESSKI)**

### **Das Programm und die Umsetzung im Kanton Zug - Zusammenfassung**

ESSKI<sup>1</sup> fördert die psychosoziale Gesundheit auf der Primarstufe, indem es Kompetenzen und Ressourcen bei Lehrerinnen und Lehrern, Schulkindern und deren Eltern stärkt. Das Projekt gründet auf der Erkenntnis, dass Kinder und Jugendliche am erfolgreichsten in ihren personalen und sozialen Ressourcen gefördert werden, wenn sie von Lehrpersonen und Eltern gemeinsam unterstützt werden. Schule und Elternhaus bilden im Rahmen von ESSKI eine Erziehungspartnerschaft.

ESSKI richtet sich an die Zielgruppe der 1. – 6. Primarklasse. Das Programm eignet sich hervorragend als Projekt zur Schul- und Qualitätsentwicklung, da es die gesamte Schule und alle Personen einbezieht, welche in ihr leben, lernen und arbeiten. Dieses Projekt wird zur Angelegenheit der gesamten Schule.

In dieser Zusammenfassung werden die Ziele, die grundlegenden Elemente und die empirisch nachgewiesenen Wirkungen von ESSKI vorgestellt und über die wichtigsten Resultate der Umsetzung in Risch-Rotkreuz wird berichtet.

### **Ziele von ESSKI**

ESSKI....

- ... fördert die personalen und sozialen Kompetenzen und Ressourcen von Schülerinnen und Schülern zur Prävention von Aggression, Stress und Sucht.
- ... stärkt die erzieherische Kompetenz der Eltern und Erziehungsberechtigten und verbessert die Eltern-Kind-Beziehung.
- ... stärkt die Ressourcen und Handlungskompetenzen der Lehrpersonen im Umgang mit Stress und schwierigen Situationen im Klassenzimmer und erhöht dadurch die Berufs- und Lebenszufriedenheit.
- ... fördert das gegenseitige Verständnis von Lehrpersonen und Eltern und bringt sie in einen Dialog zu Fragen der Erziehung.

---

<sup>1</sup> Das Programm „ESSKI - Eltern und Schule stärken Kinder“ wurde unter der Leitung von Prof. Barbara Fäh zwischen 2004 und 2006 als Kooperationsprojekt der folgenden Institutionen entwickelt und wissenschaftlich evaluiert: Kompetenzzentrum Ressourcen Plus R+ (Hochschulen für Soziale Arbeit und Pädagogik der Fachhochschule Nordwestschweiz), Institut für Familienforschung und -beratung der Universität Fribourg, Pädagogische Hochschule Zürich, Schweizerische Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (SFA). Die Entwicklung und Evaluation wurden finanziert durch das Bundesamt für Gesundheit, die Jacobs Stiftung, die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, die Pädagogische Hochschule Zürich und die Hochschule für Soziale Arbeit (FHNW).

## **Elemente von ESSKI**

ESSKI setzt auf drei Ebenen (Kinder, Lehrpersonen, Eltern) Interventionsprogramme ein, welche sich auf gemeinsame Bezugsmodelle und -theorien beziehen.<sup>2</sup> Die eingesetzten Programme sind vielfach erprobt und wissenschaftlich evaluiert.

### **Ebene Kinder: „Fit und stark fürs Leben. Persönlichkeitsförderung zur Prävention von Aggression, Stress und Sucht“**

Die Arbeit in der eigenen Schulklasse geschieht mit dem Lehrmittel „Fit und stark fürs Leben“<sup>3</sup>. Das Lehrmittel hat das Ziel, psychosoziale Ressourcen und Kompetenzen (Life-Skills) zur Prävention von Aggression, Sucht und Stress zu fördern. Das Lehrmittel behandelt fünf Themenbereiche: Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen, Körperbewusstsein und gesundheitsrelevantes Wissen, Umgang mit negativen Emotionen und Stressmanagement, Kommunikation, Standfestigkeit und kritisches Denken sowie Problemlösen.

Diese Dimensionen werden in definierten und anhand von Unterrichtsabschnitten aufbereiteten Lehreinheiten behandelt (20 Unterrichtsabschnitte zu ca. einer Stunde). Dabei müssen nicht zwingend alle Unterrichtsabschnitte behandelt werden. Im Mittelpunkt der einzelnen Unterrichtssequenzen stehen handlungs-, verhaltens- und einstellungsorientierte Übungen. Diese sind für den Unterrichtsgebrauch so aufbereitet, dass die Lehrperson alle notwendigen Angaben und Unterlagen erhält. Das Lehrmittel kann von den Lehrpersonen ohne zusätzlichen Aufwand in den normalen Unterricht eingebaut werden.

"Fit und stark fürs Leben" ist im Sinne eines Spiralcurriculums aufgebaut: die gleichen Themen wiederholen sich in jeweils stufenspezifischer Ausrichtung von der ersten bis zur sechsten Klasse.

Die Einführung ins Lehrmittel nimmt 4 - 8 Stunden in Anspruch, je nach Bedarf und Kenntnisstand der Lehrpersonen.

### **Ebene Lehrpersonen: Fortbildung "Sichere Lehrpersonen - starke Schülerinnen und Schüler"**

Die Fortbildung "Sichere Lehrpersonen - Starke Schüler/innen" stärkt die Handlungskompetenzen und Ressourcen im Umgang mit Disziplinproblemen und anderen anspruchsvollen Situationen in der Schulklasse. Sie wurde konzipiert von Dr. Annette Cina Jossen.

Lehrpersonen erweitern im Kurs ihr Handlungsrepertoire sowie ihre Flexibilität im Umgang mit belastenden Situationen. Dementsprechend gibt der Weiterbildungskurs den Lehrpersonen ein Instrument in die Hand, welches ihnen ermöglicht, den Schulalltag besser zu bewältigen. Der Kurs vermittelt dabei wirkungsvolle Strategien im Umgang mit Konflikten, Rangeleien, Unruhe, Disziplinproblemen etc. in der Klasse und gibt Sicherheit bei der Führung von Elterngesprächen.

Die Fortbildung beinhaltet 14 Lektionen mit anschliessendem Coaching in Form von individuellen Telefonkontakten während zwei Wochen.

---

<sup>2</sup> Lerntheoretische bzw. lernpsychologische Theorien und Konzepte, insbesondere die Theorie der Selbstwirksamkeit nach Bandura sowie Konzepte sozial-kognitiver Lern- und psychologischer Stresstheorien.

<sup>3</sup> Asshauer, Burow, Hahnwinkel, 1998; Asshauer, Burow, Hanewinkel, 1999; Ahrens-Eipper, Asshauer, Burow, Hanewinkel, Weiglhofer, 2002

## **Ebene Eltern: Triple P (Positive Parenting Programm)**

Die Eltern bzw. die Erziehungsberechtigten der Schülerinnen und Schüler werden auf der Grundlage des Erziehungsprogramms Triple P<sup>4</sup> (Positive Parenting Programm) in ihrer erzieherischen Kompetenz gefördert und gestärkt.

Triple P ist ein in Australien entwickeltes, mehrstufiges Programm zur Unterstützung von Familien und Eltern bei der Kindererziehung, welches auf einem ressourcenorientierten pädagogischen Modell basiert. Es verfolgt folgende Ziele: Förderung der Entwicklung, Gesundheit und sozialen Kompetenz von Kindern, Förderung einer guten Eltern-Kind-Beziehung, Ersetzen von ungünstigem, dysfunktionalem oder gewalttätigem Erziehungsverhalten durch hilfreiches, konstruktives und förderliches Verhalten, Erweiterung der Erziehungskompetenz von Eltern und dadurch Vorbeugung von Gewalt gegenüber Kindern, Reduktion von Stress und Steigerung der Zufriedenheit in der Familie (vgl. auch [www.triplep.ch](http://www.triplep.ch)). Eltern können im Kurs aktiv Erziehungsstrategien trainieren.

Das Programm ist theoretisch fundiert und international in vielen Studien bezüglich seiner Wirksamkeit und Kosten-Nutzen-Effizienz evaluiert worden. Es liegt in verschiedenen Sprachen vor und kann im Rahmen von ESKKI in verschiedenen Formen (Kurs, Selbststudium, Vortragsabende, FemmesTische) angeboten werden.

## **Nachgewiesene Wirksamkeit von ESKKI**

Die Wirksamkeit von ESKKI wurde 2004 - 2006 durch ein experimentelles Forschungsdesign mit drei Messzeitpunkten nachgewiesen. In dieser Pilotphase haben 79 Schulklassen aus 6 Kantonen ESKKI umgesetzt.

Folgende Wirkungen konnten statistisch nachgewiesen werden:

Bei den ESKKI-Kindern konnten folgende Veränderungen festgestellt werden:

- Je mehr die psychische Belastung der Eltern abnimmt, desto mehr nehmen die Schwierigkeiten der Kinder ab (Fäh, 2009).
- Die Schwierigkeiten der Kinder (Emotionale Probleme, Verhaltensprobleme, Hyperaktivität, Probleme mit Gleichaltrigen) nehmen aus Sicht der Eltern und der Lehrpersonen ab. Die Veränderungen sind dabei bei älteren Kindern und Knaben stärker ausgeprägt (vgl. Fäh, 2009).
- Das Rauchverhalten der Kinder konnte positiv beeinflusst werden: "Der Trend zum vermehrten Rauchen, der in der Kontrollgruppe festzustellen ist, kann durch die Intervention in einen Trend zum verminderten Rauchen umgekehrt werden." (Schmid et al., 2008).

Bei den Lehrpersonen, welche die Fortbildung besucht haben,

- ist die Resilienz (psychische Widerstandsfähigkeit) erhöht worden.
- konnten darüber hinaus keine Veränderungen festgestellt werden.

---

<sup>4</sup> Sanders et al.

Bei den Eltern, die eine Triple P Fortbildung gemacht haben<sup>5</sup>,

- hat das positive, stärkende und unterstützende Erziehungsverhalten zugenommen, das dysfunktionale Erziehungsverhalten, insbesondere überreagierende Reaktionen, abgenommen (vgl. Cina et al., submitted),
- hat sich die Selbstwirksamkeit im Umgang mit kindlichem Problemverhalten erhöht (vgl. ebd.),
- ist die psychische Belastung gesunken, die Resilienz und die Lebenszufriedenheit gestiegen (vgl. Fäh, 2009).

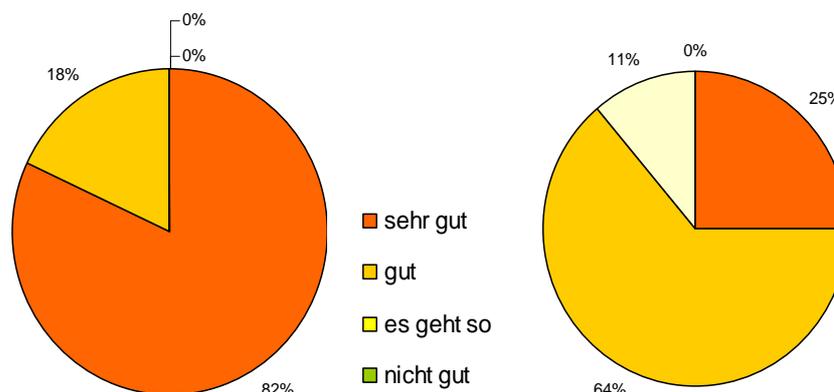
Insgesamt zeigt sich, dass die Intervention auf der Ebene des Elternhauses die grössten positiven Veränderungen hervorruft. Die hier berichteten Wirkungen sind alle statistisch signifikant, die gefundenen Effekte waren allerdings gering. Da es sich bei ESSKI um ein universelles Gesundheitsförderungsprogramm handelt und die Veränderungen auf der Ebene der Kinder durch Beobachtung von Verhalten gemessen wurden, waren keine grossen Effektstärken zu erwarten.

### Umsetzung von ESSKI in Risch-Rotkreuz (ZG)

Die Gesundheitsdirektion des Kantons Zug hat sich mit dem Konzept «Psychische Gesundheit 2007 bis 2012» zum Ziel gesetzt, die psychische Gesundheit der Zuger Bevölkerung zu erhalten und zu verbessern. ESSKI ist eine Massnahme, mit welcher das Konzept umgesetzt wird. Im Schuljahr 2008/2009 setzte ein Primarschulhaus in Risch-Rotkreuz ESSKI sehr erfolgreich um. 147 Primarschüler und Primarschülerinnen aus 9 Klassen, 13 Klassenlehrpersonen, 16 Fachlehrpersonen und 54 Eltern (36.7% aller Familien) haben aktiv am Programm teilgenommen.

Die Umsetzung wurde von der Hochschule für Soziale Arbeit (HSA FHNW) wissenschaftlich begleitet und evaluiert.

Das Programm erfreute sich in Risch-Rotkreuz bei Kindern, Lehrpersonen und Eltern einer sehr hohen Akzeptanz. 100% der befragten Lehrpersonen<sup>6</sup> und 89% der befragten Eltern<sup>7</sup> beurteilen ESSKI am Ende des Schuljahres als "gut" oder "sehr gut".



**Gesamturteil Lehrpersonen**

**Gesamturteil befragte Eltern**

<sup>5</sup> Immer im Vergleich zur Gruppe, die keine Triple P Fortbildung gemacht hat.

<sup>6</sup> N=19

<sup>7</sup> N=86 (66% der Gesamtstichprobe)

94.7% der befragten Lehrpersonen und 72.2% der befragten Eltern, darunter viele, die bei der Umsetzung in Risch-Rotkreuz kein Triple P-Angebot besucht haben<sup>8</sup>, würden in Zukunft an einem Projekt wie ESSKI teilnehmen. Alle Lehrpersonen und 88.6% der Eltern finden, dass ESSKI im ganzen Kanton Zug umgesetzt werden sollte.

Diese ausgesprochen hohe Akzeptanz von ESSKI am Ende des Schuljahres ist auf die positiven Erfahrungen zurückzuführen, welche die befragten Personen mit den einzelnen Interventionen von ESSKI gemacht haben.

- Die Lehrpersonen sind sich einig, dass sich das Lehrmittel "Fit und Stark fürs Leben" gut im Alltag umsetzen lässt.
- Alle Lehrpersonen geben an, dass ihnen die Fortbildung "Sichere Lehrpersonen/starke Schülerinnen und Schüler" neue Impulse für die Arbeit in der Schulklasse gegeben hat.
- Viele Lehrpersonen (87.6%) bejahen die Aussage mehr oder weniger, dass die in der Fortbildung gelernten Strategien die gewünschte Wirkung gezeigt haben.
- Jene Eltern, die das Triple P Angebot genutzt haben bewerten dieses positiv: Alle betonen, dass es eine tolle Erfahrung war, sich mit anderen über Erfahrungserfahrungen auszutauschen und der Grossteil konnte das Gelernte in der Familie anwenden.
- Praktisch alle Eltern (96.9%) würden Triple P weiterempfehlen und viele (92.8%) stimmen der Aussage zu, nun besser mit schwierigem Verhalten der Kinder umgehen zu können.

Gefragt nach den Veränderungen, die ESSKI bei den Kindern verursacht hat, sehen die Klassenlehrpersonen am meisten Wirkungen bezüglich der sozialen Kompetenzen: eine verbesserte Beziehungsfähigkeit, mehr Konfliktfähigkeit und weniger aggressives Verhalten.

ESSKI hat aus ihrer Sicht nicht nur positive Auswirkungen auf der Ebene der Kinder, sondern auch für die Schule insgesamt: Die Lehrpersonen berichten, dass ESSKI sich positiv auf das soziale Zusammenleben in der Klasse, in der Schule und auch im Lehrteam ausgewirkt hat.

- 90.9% der Lehrpersonen stimmen zu, dass ESSKI zu weniger Aggression auf dem Pausenplatz beigetragen hat.
- 100% bejahen, dass sich das Klima in der Schule insgesamt positiv verändert hat.
- 80% sehen eine Verbesserung der Stimmung in der Schulklasse.

---

<sup>8</sup> Ein wichtiger Grund für die ursprüngliche Nichtteilnahme an ESSKI war, dass die Eltern aussagten, dass sie keinen Elternkurs brauchen (37%) oder bereits einen Triple P Kurs besucht haben (14%). Ein Drittel der Eltern gaben an, dass sie für den Kurs keine Zeit hätten, 10% standen Triple P kritisch gegenüber, 4% wollten nicht mit anderen über familiäre Probleme sprechen und 2% nahmen aufgrund von Verständigungsproblemen nicht teil.

## **Zukunft von ESSKI im Kanton Zug**

Das Gesundheitsamt des Kantons Zug unterstützt die Umsetzung von ESSKI finanziell und personell. Die teilnehmende Schule stellt für das Projektmanagement ein Pensum von rund 10-Stellenprozenten über ein Jahr zur Verfügung (z.B. durch eine Lehrperson, die Schulleitung, eine Schulsozialarbeitende oder eine Fachperson für Gesundheitsförderung).

Die Kosten des Projekts sind abhängig von der Anzahl teilnehmender Klassen, Lehrpersonen und Eltern. Wir geben Ihnen gerne weitere Auskünfte.

Ihre Ansprechperson im Gesundheitsamt des Kantons Zug ist:

Michèle Bowley, Programmleiterin Psychische Gesundheit T

041 728 35 18, [michele.bowley@zg.ch](mailto:michele.bowley@zg.ch)