

Spüren lernen

Gefühle verstehen, Konflikte bewältigen:
Wie Schulen Kindern helfen, mit Emotionen
umzugehen und Gewalt vorzubeugen.

Text: NINA ZACKE

Ein Pausenhof einer Mittelschule irgendwo in Tirol. Versteckt in einer Ecke steht ein Junge allein und schutzlos. Gerade wurde er von einer Gruppe anderer Jungs ausgelacht. Ein anderes Kind kommt weinend vom Unterricht nachhause. Am Abend liegt es mit Bauchschmerzen im Bett und fleht seine Mama an, morgen nicht in die Schule gehen zu müssen. „Laut dem Report der Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung, kurz OECD, aus dem Jahr 2015 hatte Österreich die höchste Mobbingrate in Schulen“, berichtet Vera Zass im Gespräch.



© PH Tirol Roner

Zass ist Lehrende an der Pädagogischen Hochschule. Diesem OECD-Bericht zufolge war einer von fünf Schulbuben zwischen elf und 15 Jahren von Mobbing betroffen. Die aktuelle HBSC-Studie (Health Behaviour in School-aged Children) 2022 belegt jedoch einen deutlichen Rückgang von Gewalt zwischen 2010 und 2018, was auf Gewaltpräventionsmaßnahmen an Österreichs Schulen zurückgeführt wird. Auch wenn die Gewalt an Österreichs Schulen, mit Ausnahme von Cybermobbing, gegenüber 2018 relativ konstant geblieben sei, zeige diese Studie, dass die psychosozialen Belastungen der Kinder deutlich zugenommen haben. „In meiner schulpraktischen Arbeit an Brennpunktschulen habe ich schon den Eindruck, dass Kinder zunehmend Schwierigkeiten haben, ihre Impulse zu regulieren und ihren Frustrationen freien Lauf lassen“, sagt Zass. In unserer Gesellschaft dominierten Leistungsdruck, eine zunehmende Individualisierung und soziale Spannungen. Fragen, nach Würde, Schutz und das Kind mit seinen Stärken und Schwächen würden hintenanstehen. Dabei wären genau diese Dinge zentral für kindliches Lernen, psychische Gesundheit und eine altersgerechte Entwicklung.

Diese Gedanken veranlassten die PHT-Lehrende Vera Zass gemeinsam mit ihrer Kollegin Klaudia Kröll zu einem Forschungsprojekt, das von 2018 bis 2024 in einer Volksschulklasse eines sonderpädagogischen Zentrums in Tirol erarbeitet und erprobt wurde. „Ausgangspunkt unseres Projekts war die Förderung der personalen und sozialen Kompetenzen von Schülerinnen und Schülern“, schildert die Expertin. Denn: „Gewalt lässt sich langfristig nur reduzieren, wenn wir das Kind in seiner Persönlichkeit und seinen sozialen Fähigkeiten stärken.“ Innerhalb der vier Jahre konzentrierte man sich schrittweise auf die Stärkung des Selbstwertgefühls, Kommunikation, Kooperation und schließlich die konstruktive Konfliktlösung. Diese strukturierte Herangehensweise ermöglichte es den Kindern, ihre sozialen und personalen Kompetenzen schrittweise zu entwickeln und zu festigen. Ein Element des

Programms ist etwa der sogenannte „Wut-Tunnel“ – ein geschützter Raum, in dem Kinder ihre aufgeregten Emotionen durch Schreien abbauen können. Gerade durch körperlich erfahrbare Übungen lernen Kinder, ihre Wut oder Aggression bewusst zu spüren und zu regulieren. Ein anderes Werkzeug sind „faire Ranggelkämpfe“ im Sportunterricht. Klaren Regeln folgend, unterstützen diese die Kinder beim Erkennen von Grenzen sowie bei einer spielerischen Konfliktlösung. Das Erlernen solcher Methoden trägt dazu bei, schon früh gewaltfreie Verhaltensmuster zu automatisieren. Regelmäßigkeit sei dabei ganz zentral, sagt Zass: „Einmal den Wut-Tunnel auszuprobieren, wird

nicht die Lösung sein. Kinder müssen diese Modelle üben, um sie zu verinnerlichen.“ Durch Schulfächer wie soziales Lernen hätten Lehrpersonen auch die Möglichkeit, weiß sie. Denn es fehle nicht am Vorliegen von Konzepten, Projekten oder Literatur.

Angesichts zunehmender Vielfalt und Gewalt in der Gesellschaft unterstreicht das von der PHT entwickelte Programm die Bedeutung von Toleranz. Es soll Schülern die Chance bieten, in einem sicheren Rahmen Konfliktlösungen sowie personale Kompetenzen zu entwickeln und anzuwenden, was langfristig zu einem respektvollen und gewaltfreien Miteinander in Schulen beitragen

„Kinder müssen diese Modelle üben, um sie zu verinnerlichen.“

VERA ZASS

soll. Für Vera Zass ist klar: „Wenn wir Schule als Lebensraum begreifen, in dem sich Kinder sicher und wertgeschätzt fühlen, legen wir den Grundstein für eine gesunde Entwicklung – nicht nur kognitiv, sondern auch emotional.“