

Abbildung 6: Bewertung der EPaN-Übungen von Schülern aus den Interventionsgruppen

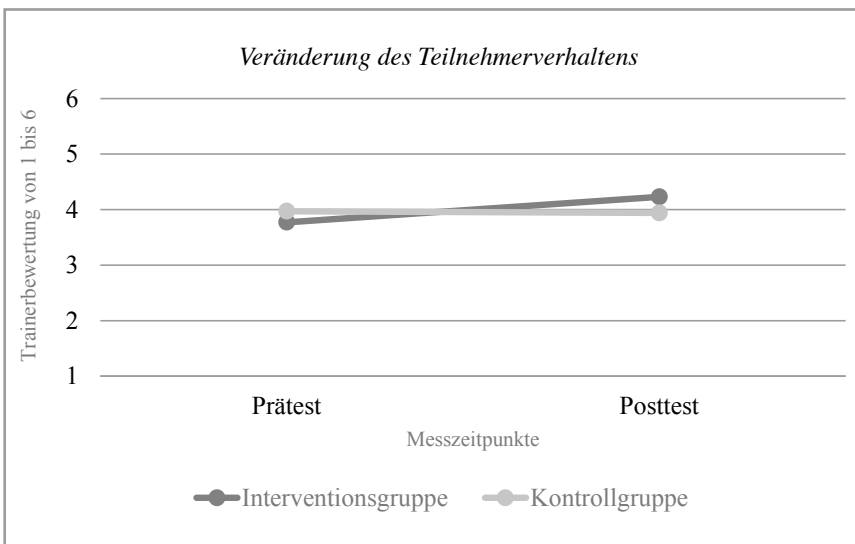


Abbildung 7: Veränderung des Teilnehmerverhaltens nach dem Training

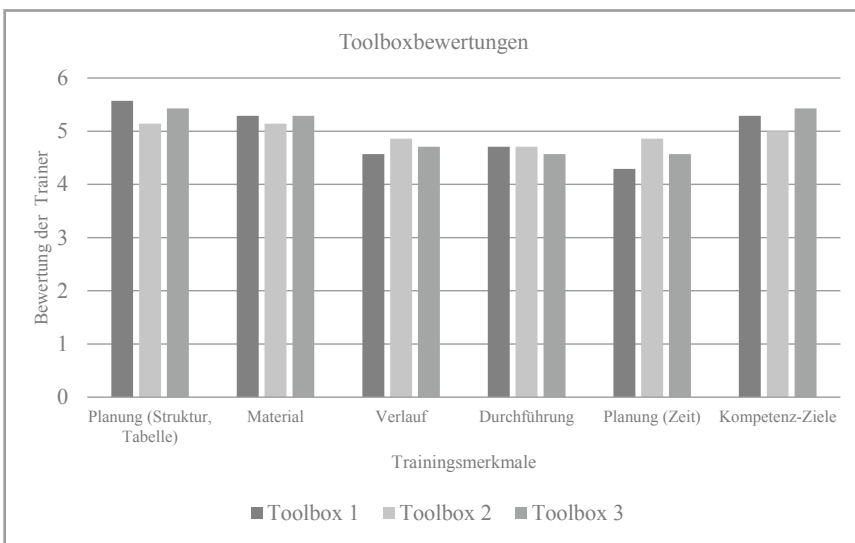


Abbildung 8: Toolboxbewertungen nach ausgewählten Trainingsmerkmalen

Außerdem merkten die Durchführenden an, dass

- sich die Kinder und Jugendlichen aufgeschlossener verhielten.
- die Kinder und Jugendlichen oftmals den Standpunkt der anderen einnahmen.
- die Kinder und Jugendlichen ihre Gefühle offener verbalisierten.
- die Kinder und Jugendlichen Konflikte selbständiger lösten.
- die Reflexionsmethoden hilfreich waren für etwas stillere Kinder und Jugendliche.
- sich die Kinder und Jugendlichen auf die Maßnahme freuten („Wann machen wir wieder EPaN?“).
- die Kinder und Jugendlichen sehr motiviert und engagiert in der Bearbeitung der handlungsorientierten Elemente waren.

Fazit aus der Wirksamkeitsstudie: Die Wirksamkeit des EPaN-Programms wurde in der Studie über die Fördereffekte der drei Empathie-Komponenten in den varianzanalytischen Auswertungen belegt.

Den Teilnehmern der Interventionsgruppen gelang nach der Fördermaßnahme die Benennung, die Differenzierung der positiven und negativen Emotionen und die Unterscheidung von Auslösern gleicher Gefühle von anderen Personen wesentlich besser. Als maßgebliche Veränderung bereits vorhandener kognitiver Schemata des Emotionswissen im Gedächtnis erscheint die Förderung aus *Toolbox 1* deshalb als sinnvolle Ergänzung.

Die auffälligen Zuwächse in der Empathie-Komponente *emotionale Perspektivenübernahme* gehen oftmals mit einem bewussteren, aktiveren Einsatz der Perspektivenübernahmefähigkeit in aktuellen, konflikthafter Situationen einher. Die Förderung der Komponente wirkt sich positiv aus auf die gegenseitige

Gestaltung zwischenmenschlicher Beziehungen, was die Ergebnisse aus der Gruppeneinschätzung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen zudem bestätigen.

Die Steigerungen in der Empathie-Komponente *affektives Nacherleben* geht bei den Kindern und Jugendlichen einher mit einem Bewusstwerden, eigene emotionale Zustände von denen anderer zu trennen bzw. aufzubauen. Die wechselseitigen Beziehungen zwischen diesen drei empathischen Komponenten ist für die Erhöhung des *affektiven Nacherlebens* ebenso nicht auszuschließen. Die Konzeption von Übungen allein für diese Komponente gestaltete sich in der Praxis als äußerst schwierig. Die Komponente konnte aus diesem Grund nur partiell angeschnitten werden.

Einschränkungen: Das EPaN-Programm wurde von den Kindern und Jugendlichen, genauso von den Trainerinnen und Trainern, gut angenommen und positiv beurteilt. Zudem wurden die eigenen empathischen Teilfähigkeiten nach diesem Training von den Schülern höher eingeschätzt. Die Ergebnisse sind allerdings mit einer gewissen Vorsicht zu beurteilen, da soziale Erwünschtheit Einfluss nehmen kann.

Bedeutung für die pädagogische Praxis: Die interventionsbegleitenden Erhebungen geben Aufschluss über zugrundeliegende Erfolgskriterien. So wurde beispielsweise die Strukturiertheit, die schnelle Anwendbarkeit, die Schülerreflexionsmethoden, die schnelle Einbindung in unterrichtliche Vorhaben und die Adressaten- und Zielgruppenrelevanz durchwegs gut bewertet.

Das EPaN-Programm kann somit als evidenzbasierende und motivierende Maßnahme gesehen werden, die neuere kompetenzorientierte didaktische Methoden im Regelschulbereich berücksichtigt.

B Das EPaN-Programm

1 EPaN-Praxistipps

Die Praxistipps, die vor, während und nach der Programmdurchführung gewonnen wurden, stützen sich im Kern neben den pädagogischen Erfahrungen mit Kinder- und Jugendgruppen auch auf Erfahrungen der Trainer. Die stichpunktartige Darlegung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Sie soll lediglich durch allgemeine Hinweise den Gebrauch des EPaN-Programms erleichtern und Ihnen die Sicherheit geben, die Übungseinheiten in der Gruppe umzusetzen.

Tipps zur Vorbereitung

- Verschaffen Sie sich einen Überblick zu den theoretischen Grundlagen.
- Machen Sie sich mit dem Grobaufbau des Trainings gut vertraut.
- Lesen Sie in Ruhe die Übungen zu einzelnen Modulen sorgfältig durch.
- Sichten Sie die möglichen Arbeitsmaterialien in Ruhe.
- Treffen Sie dann eine Entscheidung, welche Bildmaterialien Sie verwenden möchten.

Tipps zur Gruppenzusammensetzung

- Das EPaN-Programm ist geeignet für Gruppen mit 6 bis zu 24 Teilnehmern.
- Ein ausgeglichenes Geschlechterverhältnis ist nicht erforderlich.
- Ausgerichtet ist das Programm für ein Alter von 10 bis 16 Jahren, wobei kleinere Abweichungen von bis zu sechs Monaten sicherlich möglich sind. Achten Sie auf eine ähnliche Altersspanne der Kinder oder Jugendlichen.
- Bei neu zusammengewürfelten Gruppen können Sie in der Einführungsveranstaltung zunächst Gesprächsregeln erarbeiten und Kennenlernspiele durchführen.
- Treffen in Ihrer Teilnehmerkonstellation mehrere schwierige Persönlichkeiten aufeinander, so ist der Rückgriff auf die Kleingruppe ratsam.
- Das EPaN-Programm verfolgt eine primärpräventiv pädagogische Zielsetzung und ersetzt keine psychotherapeutische oder gar psychiatrische Maßnahme.

Tipps zum Zeitbedarf

- Legen Sie den Rahmen des EPaN-Programms fest: als Projektarbeit, in Arbeitsgemeinschaften, als Vorbedingung eines Sozialen Kompetenztrainings, im Unterricht oder in der Ganztagesbetreuung.
- Die Einbindung des EPaN-Programms in die pädagogische Praxis ist evaluiert für einen Durchführungszeitraum von fünf bis zu zwölf Wochen.
- Planen Sie ca. ein bis zwei Übungen in der Woche ein.
- Eine andere zeitliche Vorgehensweise ist jederzeit denkbar; ebenso können Sie auch nur Teile des Programms durchführen. Dies kann allerdings die Wirksamkeit des Programms verändern.
- Die zeitliche Festlegung der Übungen im Manual soll Ihnen eine Richtung geben. Planen Sie bestenfalls mehr Zeit (bis zu 15 min.) ein, um den Gehalt kreativer Gedanken und wertvoller Diskussionen nicht abrupt zu unterbrechen.

Tipps zur Durchführung der Anleitungen und Übungen

- Erfahrung im Umgang mit Kinder- und Jugendgruppen sowie Empathie und Authentizität sollten Sie als Mindestvoraussetzung mitbringen.
- Das EPaN-Programm kann je nach Gruppensituation von einer Person oder mehreren im Team durchgeführt werden.
- Vereinbaren Sie mit der Gruppe feste Rituale (z.B. Stuhlkreis, Stehkreis, Runder Tisch) und Regeln,

bevor Sie mit der Übung beginnen. Oftmals ist es hilfreich, ein kurzes Blitzlicht im Sinne von „Wie geht es dir heute?“ zu starten.

- Schaffen Sie eine vertrauensvolle Atmosphäre für ein günstiges Arbeitsklima und begegnen Sie der Gruppe mit empathischem Verstehen und Echtheit.
- Die Tabellen und möglichen Verläufe erleichtern Ihnen überdies eine gezielte Durchführung und zeitsparende Anwendung. Außerdem schaffen Sie für die Teilnehmer die nötige Struktur.
- Die Variationsmöglichkeiten in einigen Übungen erlauben Ihnen eine Weiterarbeit mit entsprechenden Inhalten.
- Zur gemeinsamen Bewältigung von Teilaufgaben brauchen Kleingruppen häufig eine bestimmte Zeit. Wenn die Schüler nicht sofort auf die Übung positiv reagieren, greifen Sie am besten nicht sofort tadelnd ein. Das Ablehnen einer Teilaufgabe kann manchmal nützlich sein, außerdem schafft es zusätzlichen Gesprächsstoff in den Reflexionsphasen.

Tipps zum Raum

- Wählen Sie am besten den Raum so, dass dieser für die Übungen in der geplanten Zeit zur Verfügung steht und somit einen festen Ankerpunkt für die Teilnehmer bietet.
- Wünschenswert wäre ein Gruppenraum, der erarbeitete Ergebnisse an Pinnwänden und Stelltafeln nachhaltig visualisiert lässt, und folglich die Wiederholung und Weiterarbeit in der nächsten Sitzung garantiert.
- Achten Sie darauf, dass der Raum hinreichend Platz bietet und mit beweglichen Tischen, Stühlen und Sitzgelegenheiten ausgestattet ist.
- Am günstigsten wäre die zusätzliche Nutzung einer Halle, um dort Teilbereiche durchzuführen und anschließend wieder in den Gruppenraum zurückzukehren.

Tipps zum Arbeitsmaterial

Die Materialien liegen in druckbereiter, veränderbarer und austauschbarer Form unter www.reinhardt-verlag.de zum Download für Sie bereit.

Die Teilnehmer brauchen während der Module keine Hefte oder Schnellhefter, da auf unnötige Arbeitsblätter bei der Programmkonzeption verzichtet wurde. Schreib- und Malstifte sind aber empfehlenswert.

Folgende Geräte und Materialien werden benötigt; sie sind ebenso bei den jeweiligen Übungen gelistet:

- Dokumentenkamera
- Beamer
- Beschreibbare Tafel oder SMART-Board oder ACTIVboard
- Pinnwände
- Audiogeräte
- Liegematten für Fantasiereisen
- Filzstifte und Malstifte
- Scheren, Klebebänder und Stecknadeln
- Ausreichend Papier in Postergröße
- Falls vorhanden: Tablets
- Falls vorhanden: Wäscheleine und Wäscheklammern

Tipps zur Implementierung des Programms

- Im Sinne einer dauerhaften Einbindung des **EPaN**-Programms in Ihrer Institution, informieren Sie im ersten Schritt die Institutionsleitung über ihr geplantes Vorhaben. Danach sind alle zuständigen Gremien sowie direkt und indirekt betroffenen Mitglieder in kurzer Form über Inhalte, Gründe, Zielsetzung und Wirksamkeit des **EPaN**-Programms zu unterrichten.
- Zur Erleichterung in der pädagogischen Arbeit wäre es von Vorteil, die Erziehungsberechtigten über das Thema, die Gründe und die Inhalte des **EPaN**-Programms zu benachrichtigen.
- Nutzen Sie die Präsentationen und das dazugehörige Material, um das **EPaN**-Programm zu erklären. Bei besonderem Interesse können Sie auf die Programm-Publikation für weitere Details verweisen.
- Ein offener Umgang der Erziehungsberechtigten mit der Thematik zu Hause begünstigt zudem die Arbeit mit der Maßnahme in der Institution.
- Weisen Sie darauf hin, dass die Kinder und Jugendlichen keine Bewertungen und Benachteiligungen

erfahren, vielmehr ist die Mitarbeit und das Engagement der Teilnehmer für den Erfolg des EPaN-Programms ausschlaggebend.

- Im schulischen Bereich können Sie das EPaN-Programm mühelos in den Schulalltag einbinden, jedoch stellt es eine Ausnahme zum Unterricht nach Stundenplan dar.

Tipps zum Umgang mit Störungen und Konflikten:

- Wenn Kinder betroffen sind und sich mitteilen möchten, kann es zwischendurch unruhig werden. Reagieren Sie am besten respektvoll und gelassen! Einen zu lauten Lärmpegel können Sie direkt ansprechen.
- Steuert bei Ihnen eine Übung in eine negative Richtung, so seien Sie mutig und brechen Sie die Übung ab. Bevor Sie jedoch eine neue Übung beginnen, wäre es sinnvoll, den Vorfall kurz reflektierend zu thematisieren (z.B. „Was lief gut?“, „Was bereitete Schwierigkeiten?“, „Was machen wir beim nächsten Mal anders?“).
- Bei der Suche nach Freiwilligen kann es durchaus der Fall sein, dass sich anfänglich keiner meldet. Greifen Sie nicht willkürlich auf einen Teilnehmer zu, sondern warten Sie geduldig ab, bis sich jemand dazu bereit erklärt.
- Vermeiden Sie unbedingt Bewertungen Ihrer Teilnehmer in Form von „Killerphrasen“ (z.B. „So geht das nicht!“, „Typisch!“), denn Ihre Modellwirkung kann sich schnell auf die Kinder und Jugendlichen im Sinne von voreiligem Kritisieren übertragen und auch kreative Gedankenprozesse blockieren.
- Bereiten Sie sich gezielt auf die Stunden vor, indem Sie das Manual sorgfältig lesen und genügend Zeit zur Vorbereitung einplanen. Das vermeidet Leerlauf und somit motivationshemmende Situationen.
- Sobald Kinder und Jugendliche wissen, dass Fotos oder sogar Videoaufnahmen von ihrer szenischen Darstellung gemacht werden, bereitet das häufig Unsicherheit. Betonen Sie hierbei, dass man herausfinden möchte, was bereits gut war. Die Einführung von Feedbackregeln, der Verweis auf die Gruppenregeln, die Hervorhebung der Schweigepflicht und die anschließende Vernichtung des Datenmaterials können zum besseren Einverständnis führen.
- Um Ihre Modellwirkung zu unterstreichen, können Sie mit den Teilnehmern zunächst selbst in Rollenspielen ohne Kamera agieren, später dann mit Kamera, damit vorzeitig Hemmschwellen abgebaut werden.

Tipps zu Methoden bei Übungsbeginn (Ü) und während den Reflexionsphasen (R):

Übungsbeginn: Methoden zum Einfangen der allgemeinen Befindlichkeit der Teilnehmer.

Reflexionsphasen: Methoden zur Bewertung der Ergebnisse/Bewertung der Aufgabe/Diskussionspunkte.

Hinweis: Diese Tabelle ist zur schnellen Übersicht ebenfalls im Anhang zu finden.

Tabelle 3: Überblick zum möglichen Einsatz der Methoden. Die Symbolkarten S1 bis S8 finden Sie im Materialteil.

Ü/R	Methode	Tipps für den Einsatz
Ü + R	Smiley-Skala (S 1) Thumb-Skala (S 2) Stark-Skala (S 3)	Für die Abfrage der aktuellen Stimmung oder der Bewertung eines Diskussionspunktes. Die gewählte Stelle wird mit einem Finger/einer Wäscheklammer/einem Klebezettel oder -punkt markiert. Für jüngere, für schwächere oder ruhigere Schüler geeignet.
Ü + R	Smiley-Ampel (S 4)	<ul style="list-style-type: none"> ■ Für die Abfrage der aktuellen Stimmung oder der Bewertung eines Diskussionspunktes. ■ An einer Pinnwand befestigen oder auf den Boden legen, während die Teilnehmer im Sitzkreis sind. ■ Der gewählte Smiley wird mit einem Finger /einer Wäscheklammer/einem Klebezettel oder – punkt/mit Spielsteinen/mit persönlichen Gegenständen/mit wasserlöslichem Folienstift markiert.