

Tabelle 1. Systematischer Überblick manualisierter Präventionsprogramme in der Vorschule

Programm (Autor)	Geförderte Kompetenz	Durchführungsmodus	Methoden	Effekte
IKPL (Ich kann Probleme lösen) (Beelmann et al. 2004)	<ul style="list-style-type: none"> • Interpersonale Problemlösekompetenzen (Denken in Alternativen und Konsequenzen) • Empathie 	15 Trainingssitzungen a 45-60 Minuten, jeden Tag oder 3mal pro Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Frage-Antworten-Runden • Bildvorlagen • Rollenspiele • Handpuppen • Fragespiele • Singspiele • Bewegungsspiele 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikante Reduktion von sozialen Verhaltensproblemen und von Problemen der Hyperaktivität und der Unaufmerksamkeit, • signifikanter Rückgang bei emotionalen Störungen, • besonders Kinder unter erhöhten Entwicklungsrisiken profitieren von der Maßnahme, • beste Wirksamkeit ergab sich aus einer kombinierten Förderung der Kinder und der Eltern.
Faustlos (Cierpka, 2002)	<ul style="list-style-type: none"> • Empathie • Impulskontrolle • Ärger-Management 	28 Lektionen a 20 Minuten, 2mal pro Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Fotokarten • Geschichten vorlesen & diskutieren • Rollenspiele • Verhaltensinstruktionen • Spiele & Lieder, Elternbriefe 	<ul style="list-style-type: none"> • positive Effekte im Hinblick auf die erlernten Inhalte wie Identifikation von Gefühlen, Generierung von prosozialen Lösungsmöglichkeiten, Erweiterung von Beruhigungstechniken
Verhaltenstraining im Kindergarten (Koglin & Petermann, 2006)	<ul style="list-style-type: none"> • Emotionale Kompetenz • Soziale Problemlösestrategien • Verhaltensregeln 	25 Trainingssitzungen a 30-40 Minuten, 2mal pro Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Rahmengeschichte • Handpuppe, Modellrollenspiele • Bildergeschichten • Gesprächsrunden 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikante Reduktion von Verhaltensproblemen, emotionalen Problemen, • verbesserte Emotionsregulation, • verbesserte schulische Fertigkeiten,

			<ul style="list-style-type: none"> • Verstärkersystem 	<ul style="list-style-type: none"> • keine signifikante Verbesserung des prosozialen Verhaltens
<hr/>				
PRiK				
(Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen)	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstwahrnehmung, -steuerung, -wirksamkeit • Soziale Kompetenz • Umgang mit Stress • Problemlösen 	20 Trainingseinheiten a 35-40 Minuten, 2mal pro Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Handpuppen • Spiele, Rituale • Körperwahrnehmung • Arbeitsblätter • Feedbackrunde mit Smileys 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikante Steigerung des Selbstwertgefühls, • signifikante positive Auswirkungen auf die kognitive Entwicklung • keine signifikanten Auswirkungen auf die Verhaltensentwicklung
(Fröhlich-Gildhoff et al., 2007)				

Tabelle 2. Systematischer Überblick manualisierter Präventionsprogramme in der Primarstufe

Programm (Autor)	Geförderte Kompetenz	Durchführungsmodus	Methoden	Effekte
Faustlos (Cierpka & Schick, 2014) engl. Original Second Step (Beland, 1988)	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Kompetenz • kooperatives Problemlösen • Abbau aggressiven Verhaltens 	1.-3. Klasse <u>51 Lektionen:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Empathieförderung • Impulskontrolle • Umgang mit Ärger und Wut 	<ul style="list-style-type: none"> • Rollenspiele • Gesprächsrunden • Feedback • Modelllernen 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang internalisierender Probleme • Aufbau prosozialen Verhaltens in der Klasse • signifikanter Rückgang aggressiven Verhaltens bei Kindern mit bereits auffälligem Verhalten
Verhaltenstraining für Schulanfänger (Petermann, Natzke, Gerken, & Walter, 2016)	<ul style="list-style-type: none"> • Soziale Wahrnehmung • Selbstkontrolle • prosoziales Verhalten • Reduktion aggressiven und unaufmerksamen Verhaltens 	1.-2. Klasse <u>26 Stunden:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln und Rituale • auditive und visuelle Aufmerksamkeit • emotionale Selbst- und Fremdwahrnehmung • angemessenes Problemverhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivation durch Handpuppe • Entspannungstechniken • Rollenspiele 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang von externalisierendem und internalisierendem Problemverhalten
FREUNDE für Kinder (deutsche Bearbeitung: Essau und Conradt, 2003) orig.: FRIENDS (Barrett, Webster, & Turner, 2003)	<ul style="list-style-type: none"> • Problemlösekompetenz • Bewältigungsstrategien • Körperbewusstsein • Selbstmanagement 	7-12 Jahre <u>10 Stunden:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Umgang mit der körperlichen Angstsymptomatik • kognitiv-emotionale Elemente • Problemlösepläne 	<ul style="list-style-type: none"> • positive Verstärkung • spezifisches Feedback • Peer-Tutoring • Erfahrungslernen 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang von Angst Symptomen • signifikanter Zuwachs an sozialen Kompetenzen • hohe Akzeptanz durch die Zielgruppe

3.-6. Klasse

Mich und dich verstehen (Bieg & Behr, 2005)	<ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdwahrnehmung • Empathiefähigkeit • Stress-/Angstbewältigung • Emotionswissen 	<u>84 Übungen / 9 Tage:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdwahrnehmung von Gefühlen • Erkennen der Bedürfnisse anderer sowie Training des Einfühlungsvermögens • Angst- und Stressbewältigung 	<ul style="list-style-type: none"> • Entspannungsübungen (Kapitän Nemo) • Gruppenarbeit • Bewegungsphasen 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang aggressiven, unaufmerksamen sowie ängstlich zurückhaltenden Verhaltens
--	---	---	--	---

1.-4. Klasse

Friedensstifter Training (Gasteiger-Klicpera & Klein, 2016)	<ul style="list-style-type: none"> • Konfliktlösekompetenz • prosoziales Verhalten • Emotionsregulation 	<u>13 Stunden:</u> <ul style="list-style-type: none"> • richtiges Verhalten in einem Streit • Verhandeln lernen • Umgang mit Gefühlen lernen • Frieden stiften - anderen Kindern beim Verhandeln helfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Rollenspiele • Anwenden von Regulationsstrategien • direkte Rückmeldung 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang von internalisierendem Problemverhalten • signifikanter Aufbau prosozialen Verhaltens
--	--	---	---	---

3. & 4. Klasse

Verhaltenstraining in der Grundschule (Petermann, Koglin, Natzke & Marées, 2013)	<ul style="list-style-type: none"> • emotional-soziale Kompetenzen • Eigen- und Sozialverantwortung • Moralentwicklung 	<u>26 Stunden:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen zur emotionalen Kompetenz • Übungen zur sozialen Kompetenz 	<ul style="list-style-type: none"> • Motivierende Rahmenhandlung • Hörspiel • Gesprächsrunden 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang von Problemverhalten • signifikanter Aufbau von sozialem Verhalten • Jungen profitieren in einem größerem Maße
---	---	--	--	---

			<ul style="list-style-type: none"> • Übungen zur moralischen Urteilsbildung 	
KlasseKinderSpiel (Hillenbrand & Pütz, 2008)			1.-6. Klasse	
engl. Original Good Behavior Game (Barrish, Saunders, & Wolf, 1969)	<ul style="list-style-type: none"> • Lern- und Arbeitsverhalten • Klassenklima • Reduktion v. Unterrichtsstörungen 	<u>10-20 Minuten täglich:</u> <ul style="list-style-type: none"> • direktes Feedback zu Regelverstößen • Verstärkung von regelkonformen Verhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Verhaltenssteuerung durch Feedback • spielerischer Charakter • Verstärkersystem 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikante Abnahme von Verhaltensproblemen • Steigerung des Lern- und Arbeitsverhaltens
			1./2. Klasse	
Lubo aus dem All! 1. und 2. Klasse (Hillenbrand, Hennemann, Hens & Hövel, 2015)	<ul style="list-style-type: none"> • Emotionswissen • Emotionsregulation • Problemlösekompetenz 	<u>30 Stunden:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Training der Basisemotionen und der sozialen Wahrnehmung • Training der Emotionsregulation • Training des sozialen Problemlösens 	<ul style="list-style-type: none"> • motivierende Rahmenhandlung durch Handpuppe • spielerische Methoden • Erarbeitung eines Problemlösekreislau fs 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang des Problemverhaltens • signifikanter Steigerung prosozialen Verhaltens • größere Effekte bei Risikokindern
			1.-4. Klasse	
Prävention und Resilienzförderung in Grundschulen – PRiGS (Fröhlich-Gildhoff, Becker, & Fischer, 2012)	<ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdwahrnehmung • Selbststeuerung • Stressbewältigung • Selbstwirksamkeit • prosoziales Verhalten 	<u>4x10 Stunden:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Training der Resilienzfaktoren Selbst- und Fremdwahrnehmung, Selbststeuerung, Selbstwirksamkeit, 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiralcurriculum • Wiederkehrende Inhalte • Geschichten und Fantasiereisen 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikante Steigerung des Selbstkonzepts • signifikanter Rückgang von Problemverhalten • Steigerung der kognitiven Leistungsmöglichkeit

		Problemlösen, soziale Kompetenz und Stressbewältigung	
		3./4. Klasse	
Ben & Lee – Trainingsprogramm zur Prävention von Gefühls- und Verhaltensstörungen in den Klassen 3 und 4 (Urban, Hövel & Hennemann, 2017)	<ul style="list-style-type: none"> • Emotional-soziale Kompetenzen • curriculare Kompetenzen 	<u>24 Stunden</u> <ul style="list-style-type: none"> • 3 Bausteine • Jeder Baustein verfolgt Entwicklungs- und Fachanliegen 	<ul style="list-style-type: none"> • motivierende Rahmenhandlung mit ca. 180 Bildern • Hörspiel • Rollenspiele • Versuche <ul style="list-style-type: none"> • signifikante Steigerung des prosozialen Verhaltens • signifikanter Zuwachs an emotionalen und sozialen Wissens
		1.-4.Klasse	
49 Handlungsmöglichkeiten bei Verhaltensauffälligkeiten (Hartke & Vrban, 2015)	<ul style="list-style-type: none"> • Emotional-soziale Kompetenzen, darunter u.a. • Prosoziales Verhalten • Problemlösekompetenzen • Arbeitsverhalten 	<u>7 Planungshilfen:</u> <ul style="list-style-type: none"> • 49 konkrete pädagogische Maßnahmen • Gezielt ausgerichtet auf konkrete Konfliktsituationen des Schulalltages 	<ul style="list-style-type: none"> • U.a. Einüben positiver Selbstinstruktionen • Entspannungstechniken • Verhaltensverträge • Stopp-Technik • Klassenregeln <ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung der erzieherischen Arbeit • Abnahme von Verhaltensauffälligkeiten, externalisierenden Auffälligkeiten • Zunahme aktiver Unterrichts-beteiligung
		1.-8. Klasse	
Cool bleiben – Stress vermeiden: Das Anti-Stress-Training für Kinder (Hampel & Petermann, 2017)	<ul style="list-style-type: none"> • Stressreduktion • Stressmanagement • Entspannung 	4 Varianten der Durchführung als Kurz- oder Langversion mit 2,4,6 oder 8 Sitzungen á 90 Minuten	<ul style="list-style-type: none"> • Verhaltensvertrag • Wissensvermittlung • Kognitive Umstrukturierung • Selbstbeobachtung • Entspannungsverhalten <ul style="list-style-type: none"> • Günstigere Stressverarbeitungsstrategien • Positive Effekte auf Situationskontrolle und positive Selbstinstruktion
		1.-4. Klasse	
„Ich bleibe cool!“ – ein Trainingsprogramm für die	<ul style="list-style-type: none"> • Prosoziales Verhalten • Emotional-Soziale Kompetenzen 		<ul style="list-style-type: none"> • Motivierende Rahmenhandlung einer U-Boot-Reise, im Rahmen derer <ul style="list-style-type: none"> • Anstieg konstruktiver Konfliktlösestrategien, emotional-sozialer Kompetenzen

Grundschule (Roth & Reichle, 2008)	<ul style="list-style-type: none"> • Konstruktive Konfliktlösestrategien 	9 Module zu gewalt- und aggressionsfreiem Umgang mit Konflikten	die Kinder zu verschiedenen Themen Lernen	<ul style="list-style-type: none"> • Rückgang von Verhaltensauffälligkeiten
		1.-8. Klasse		
Training mit aggressiven Kindern (Petermann & Petermann, 2012)	<ul style="list-style-type: none"> • Abbau aggressiven Verhaltens • Abbau oppositionellen Trotzverhaltens • Entspannung 	8-13 Sitzungen in Einzelsituation 6-12 Sitzungen in Kleingruppensituation Zusätzlich Elternberatung	<ul style="list-style-type: none"> • Elemente der Verhaltensmodifikation • Tokensystem • Wahrnehmungs- und Rollenspiele • Elternberatung 	<ul style="list-style-type: none"> • Abnahme aggressiven Verhaltens • Veränderungen im Elternhaus durch Einbezug der Eltern in das Training • Zunahme positiver Emotionalität, Verantwortungsübernahme, Kooperation, Empathie
		1.-7. Klasse		
Training mit aufmerksamkeitsgestörten Kindern (Lauth & Schlottke, 2009)	<ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung entwicklungsrelevanter Aufgaben • Selbststeuerungsfähigkeiten • Problemlösekompetenzen 	25 Sitzungen á 60 Minuten Individuelle Hilfen Elternanleitung	<ul style="list-style-type: none"> • Wissensvermittlung • Verbale Selbstanweisungen • Stopp-Technik • Einsatz von Signalkarten • Problemlösestrategien 	<ul style="list-style-type: none"> • Signifikant positive Effekte auf Arbeitsverhalten und Ausdauer • Reduktion von Impulsivität und Zunahme von Reaktionskontrolle

Programm (Autor)

Geförderte Kompetenz

Durchführungsmodus

Methoden

Evaluation

		7-12 Jahre		
Freunde für Kinder (Barret et al. 2003)	<ul style="list-style-type: none"> • Problemlösekompetenz • Bewältigungsstrategien • Körperbewusstsein • Selbstmanagement 	<u>10 Stunden:</u> - Umgang mit der körperlichen Angstsymptomatik - kognitiv-emotionale Elemente - Problemlösepläne	<ul style="list-style-type: none"> • Positive Verstärkung • Spezifisches Feedback • Peer-Tutoring • Erfahrungslernen 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang von Angst-Symptomen • signifikanter Zuwachs an sozialen Kompetenzen • Hohe Akzeptanz durch die Zielgruppe
Snake (Beyer & Lohaus 2006)	<ul style="list-style-type: none"> • Problemlösekompetenz • Stressbewältigung • Wissensaufbau (bzgl. Stress) 	je vier Einzelsitzungen in vier Modulen (16 Einheiten)	<ul style="list-style-type: none"> • Fallbeispiele • Gruppengespräche • Rollenspiele • Entspannungsübungen • Stressschlange „Snake“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Erhöhte Problemlösekompetenz • Stressbezogene Wissenszuwächse • Reduktion subjektiv wahrgenommener Probleme
Mich und Dich verstehen (Bieg & Behr 2005)	<ul style="list-style-type: none"> • Selbst- und Fremdwahrnehmung • Empathiefähigkeit • Stress-/Angsbewältigung • Emotionswissen 	3.-6. Klasse <u>84 Übungen / 9 Tage:</u> - Selbst- und Fremdwahrnehmung von Gefühlen - Einfühlungsvermögen - Angst- und Stressbewältigung	<ul style="list-style-type: none"> • Entspannungsübungen (Kapitän Nemo) • Gruppenarbeit • Bewegungsphasen 	<ul style="list-style-type: none"> • signifikanter Rückgang aggressiven, unaufmerksamen sowie ängstlich zurückhaltenden Verhaltens
KlasseTeamSpiel (Hillenbrand & Pütz 2008)	<ul style="list-style-type: none"> • Reduktion von Unterrichtsstörungen • Regelverhalten 	flexibel in Unterricht integrierbar	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenkontingenzverfahren • Verstärken von Verhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung Sozialverhalten • Erhöhung Lerneffektivität
GO! – Gesundheit und Optimismus (Junge et al. 2002)	<ul style="list-style-type: none"> • Prävention von Angststörungen 	insgesamt 24 Sitzungen zu vier versch. Bereichen	<ul style="list-style-type: none"> • Selbsterfahrung • Gruppendiskussion • Rollenspiele 	<ul style="list-style-type: none"> • Angstsymptomatik kann reduziert werden

PPC – Positive Peer Culture (Opp & Unger 2006)	<ul style="list-style-type: none"> • Solidarität • Empathie • Soziale Integration 	regelmäßige Treffen der Peer Group unter Anleitung eines Erwachsenen	<ul style="list-style-type: none"> • Peer-Mediation • Gespräche • Gruppendiskussion 	<ul style="list-style-type: none"> • Steigerung der Problemlösekompetenzen und des Selbstwertgefühls
Fit for Life (Petermann et al. 2001)	<ul style="list-style-type: none"> • Berufliche & gesellschaftliche Integration • Sozialkompetenz 	13 Trainingsmodule á 90 Minuten	<ul style="list-style-type: none"> • (Video-)Feedback • Konzentrationsübungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Positive Verhaltensveränderungen • Zunahme prosozialen Verhaltens und Problemlösekompetenz
Lars & Lisa (Pössel & Horn 2004)	<ul style="list-style-type: none"> • Prävention von Depression • Perspektivübernahme 	zehn Gruppensitzungen	<ul style="list-style-type: none"> • Rollenspiele 	<ul style="list-style-type: none"> • Positive Effekte auf selbstberichtete Depressivität • Positive Effekte auf Selbstwertgefühl
fairplayer.manual (Scheithauer & Bull 2008)	<ul style="list-style-type: none"> • Zivilcourage • Prosoziales Verhalten • Sozialkompetenz 	11 Schritte, gegliedert in 15-17 Einheiten	<ul style="list-style-type: none"> • Modelllernen • Verhaltensfeedback • Soziale Verstärkung 	<ul style="list-style-type: none"> • Signifikanter Rückgang von Bullying und selbstberichteter Viktimisierung
Medienhelden (Scheithauer 2012)	<ul style="list-style-type: none"> • Prävention von Cybermobbing • Medienkompetenz 	8 Module, 15 Einheiten + Medienhelden-Projekttag	<ul style="list-style-type: none"> • Modelllernen • Verhaltensübungen • Rollenspiele • Peer-Tutoring 	<ul style="list-style-type: none"> • Steigerung der Perspektivübernahme • Zunahme sozialer Kompetenzen • Abnahme Cybermobbing

Tabelle 3. Systematischer Überblick manualisierter Präventionsprogramme in der Sekundarstufe I