

JobFit-Training

Training zum Aufbau sozialer und emotionaler Kompetenzen zur Vorbereitung auf Ausbildung und Berufsstart

Stufe 3: Effektivität nachgewiesen

Programminformationen

Ziel

Verbessern der Selbst- und Fremdwahrnehmung und der Selbstkontrolle, sicherer Umgang mit den eigenen Gefühlen (z.B. Impulskontrolle) und angemessener Umgang mit Lob, Kritik und Misserfolgen.

Zielgruppe

Schülerinnen und Schüler ab 13 Jahren

Verhalten/Verhältnis

ausschließlich verhaltensbezogen

Ausschließlich verhaltensbezogene Programme setzen die Maßnahmen direkt am Individuum an, um gesundheitsbezogenes Verhalten zu beeinflussen. Dabei sollen für die Gesundheit riskante Verhaltensweisen (z.B. Rauchen, riskanter Alkoholkonsum) vermieden bzw. verändert werden sowie gesundheitsförderndes Verhalten unterstützt werden (z.B. gesunde Ernährung, Bewegung).

Methode

Theoretischer Hintergrund des Trainings sind die Theorie der Selbstwirksamkeit, die Sozialkognitive Lerntheorie und das Modell der sozialen Informationsbearbeitung.

Das Programm umfasst 10 Sitzungen mit einer Dauer von jeweils 90 Minuten, in denen neue Verhaltensweisen, insbesondere Vorstellungsgespräche, u.a. in gelenkten Rollenspielen eingeübt werden. Daneben werden Bewertungsspiele durchgeführt, die das Umgehen mit dem eigenen Körper und mit Gefühlen thematisieren. Weitere Elemente im Training sind ein Vertrag zwischen der Trainerin bzw. dem Trainer und den Jugendlichen, das Tagebuch der Jugendlichen zur Selbstbeobachtung und -kontrolle, die Rückmeldetafel, das Arbeiten mit Material (z.B. Cartoons, Bilder) sowie Videoaufzeichnungen für Rückmeldungen bezüglich des Sozialkontaktes oder des berufsbezogenen Verhaltens.

Das Programm wird anhand des Manuals von den pädagogische Fachkräften der Einrichtung durchgeführt (keine Fortbildung erforderlich).

Es ist als Gruppentraining oder auch kombiniertes Einzel- und Gruppentraining durchführbar.

weiteres zur Zielgruppe

Das Training ist bis 20 Jahre geeignet und in Haupt-, Real-, Berufs- und Förderschulen sowie in Berufsbildungszentren und als pädagogische Maßnahme in der Jugendhilfe erprobt.

Das Programm ist auch in Förderschulen anwendbar: [JobFit-Training- Training zum Aufbau sozialer und emotionaler Kompetenzen zur Vorbereitung auf Ausbildung und Berufsstart: Anwendbarkeit in Förderschulen.pdf](#)

Material

Cartoons, Bilder, Video-Aufnahmen

Manual für pädagogische Fachkräfte verfügbar unter: <https://www.testzentrale.de/shop/training-mit-jugendlichen-76527.html>

Arbeitsheft für Jugendliche verfügbar

unter: <https://www.testzentrale.de/shop/materialien-fuer-jugendliche-zum-jobfit-training-84241.html>

Kosten und Aufwand

mit (€) gekennzeichnete Posten erfordern finanzielle Leistungen an Externe

Manual und Arbeitsmaterialien (€), Videokamera und Abspielgerät erforderlich

weitere Programminformationen

<https://bipp-bremen.de/programme/>

<https://www.kobags.de/jobfit-training/>

Manual: Petermann, F., Petermann, U. (2017). Training mit Jugendlichen. Aufbau von Arbeits- und Sozialverhalten (10., vollst. überarb. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.

Ansprechperson

Zentrum für Klinische Psychologie und Rehabilitation (ZKPR)

Prof. Dr. Ulrike Petermann

Universität Bremen

Grazer Str. 6, 28359 Bremen

E-Mail: jobfit@uni-bremen.de

Evaluation

Schomaker, H., Schultheiß, J., Petermann, F., Petermann, U. (2015). Mangelnde soziale Kompetenz im Jugendalter. Wirksamkeit des JobFit-Trainings. Kindheit und Entwicklung, 24, 123-130.

Schultheiß, J., Petermann, F., Petermann, U. (2015). Zur Wirksamkeit des Präventionsprogramms JobFit: Ein Vergleich unterschiedlicher Klassenstufen. Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 64, 429-442.

Laakmann, M., Schultheiß, J., Petermann, F., Petermann, U. (2013). Zur Wirksamkeit des JobFit-Trainings - ein Vergleich zwischen Jugendlichen mit und ohne Migrationshintergrund. Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie, 61, 189-196.

Schultheiß, J., Petermann, U., Petermann, F. (2013). Zur längerfristigen Wirksamkeit des JobFit-Trainings für Jugendliche. Verhaltenstherapie mit Kindern & Jugendlichen, 9, 95-103.

Schultheiß, J., Petermann, F., Petermann, U. (2012). Zur Wirksamkeit des JobFit-Trainings für Jugendliche. Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie, 60(2), 145- 151.

Petermann, U., Koglin, U., Petermann, F., Heffter, P. (2010). Kompetenzaufbau durch das JobFit-Training für Schulklassen. Psychologie in Erziehung und Unterricht, 57, 144-152.

Koglin, U., Petermann, F., Heffter, P., Petermann, U. (2010). Längerfristige Effekte des JobFit-Trainings für Jugendliche. Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie, 58(3), 235-241.

Roos, S., Petermann, U. (2005). Zur Wirksamkeit des „Trainings mit Jugendlichen“ im schulischen Kontext. Zeitschrift für klinische Psychologie, Psychiatrie und Psychotherapie, 53(3), 262-282.

Programmbewertung

Konzeptqualität

Kriterien sind erfüllt.

Evaluationsmethode und –ergebnisse

Koglin et al. 2010:

Quasi-experimentelle Studie mit Prä-Post-Messung (t1 und t2) und Follow-up (t3) (Verhaltenseinschätzung durch die Lehrkräfte) nach 6 Monaten. Von 104 Schülerinnen und Schüler der 8. und 9. Klassen von Gesamtschulen aus Bremen wurden 60 (klassenweise) der Interventionsgruppe und 44 der Kontrollgruppe zugewiesen. Im Post-Test bzw. im Follow-up zeigten sich in folgenden Dimensionen bedeutsame Unterschiede zugunsten der Interventionsgruppe: Emotionale Probleme (t2), Verhaltensprobleme (t2 und t3), Prosoziales Verhalten (t2) und Gesamtproblemwert (t2 und t3). Hinsichtlich Hyperaktivität und Verhaltensproblemen mit Gleichaltrigen waren keine bedeutsamen Unterschiede zu finden.

Ergebnisbewertung

(überwiegend) positiv

Evaluationsniveau und Beweiskraft

4 Sterne, hinreichende Beweiskraft

Zeit bis zu erwartbaren Auswirkungen auf Risiko- bzw. Schutzfaktoren

kurzfristig (bis 1 Jahr)

Programmumsetzung

Unterstützung bei der Umsetzung

Kurzsteckbrief der Antworten des Programmanbietenden auf eine Umfrage des Landespräventionsrates Niedersachsen.

Programm probiert in

Das Manual wurde seit dem Erscheinen 35.000 mal verkauft.

Programm aufgenommen in anderen Datenbanken, best-practice-Listen o.ä.

ProMenPol Datenbank

Die Initiative

Suchzugänge

Präventionsthema

Gewalt / Delinquenz (inkl. Mobbing)
Ängste
Depression
Psychische Gesundheit

CTC-Risikofaktoren

Kinder / Jugendliche
Umgang mit Freunden mit Problemverhalten: antisoziales Verhalten
anlagebedingte Faktoren
Anerkennung von Peers für Problemverhalten
Entfremdung und Auflehnung
zustimmende Haltungen zum Problemverhalten: antisoziales Verhalten

CTC-Schutzfaktoren

Kinder / Jugendliche
Moralische Überzeugungen und klare Normen
Soziale Kompetenzen

Präventionsebene (nach Zielgruppe)

universell
selektiv

Lebensumfeld

Schule

Geschlecht

alle Geschlechter

Alter der Zielgruppe

7
8
9
10
13
14
15
16
17
18

Das Programm wurde am 25.05.2011 in die Datenbank eingestellt und zuletzt am 07.11.2024 geändert.