

Evaluation des Anti-Gewalttrainings e|m|o processing®

Dr. Sabine Koch / Universität Heidelberg und Fabian Chyle, MA / e|m|o processing
in Zusammenarbeit mit dem Justizministerium Sachsen
mit freundlicher Unterstützung der Dr. med. Nelly Hahne-Stiftung

1. Zusammenfassung	2
2. Das Anti-Gewalttraining von e m o processing	3
3. Ziele des Trainings – Hypothesen der Evaluation	4
4. Ablauf und Methoden der Evaluation	5
5. Versuchsmaterial und Messinstrumente	6
6. Ergebnisse	7
7. Diskussion	10
8. Fazit	12

1. Zusammenfassung

Im Zeitraum von April 2009 bis September 2009 wurde das Anti-Gewalt-Training von e|m|o processing in Zusammenarbeit mit dem Justizministerium Sachsen und der Universität Heidelberg evaluiert.

Das AGT nach e|m|o processing basiert auf bewegungs- und drama-therapeutischen Ansätzen, Theorien aus dem Embodiment sowie Erkenntnissen aus der Neurophysiologie hinsichtlich der Möglichkeit von Verhaltensveränderung. Dieses Training wurde von Ingrid Lutz, MA und Fabian Chyle, MA speziell für den Strafvollzug entwickelt und wird seit 2004 erfolgreich durchgeführt. Neben dem AGT bietet e|m|o processing Trainings zur Rückfallprophylaxe für Sexual – und Gewaltstraftäter und ein Stabilisierungstraining für Suchtkranke an.

Das AGT nach e|m|o processing setzt am Bewegungsverhalten der Klienten an und strebt Veränderungen der Denkmuster über implizites Lernen, als Folge einer erkennbaren Veränderung im Bewegungsverhalten und im Bereich der emotionalen Kompetenz an. Dies wirkt zudem erhöhten Anpassungs- und Abwehrtendenzen, die für dieses Klientel üblich sind entgegen.

An der Studie und dem 5 tägigen Training nahmen 47 männliche Insassen aus drei Justizvollzugsanstalten in Sachsen und d Baden-Württemberg teil. Zu den Zielsetzungen des 5 tägigen Trainings gehören

- 1) der konstruktivere Umgang mit dem individuellen Aggressions – und Gewaltpotential
- 2) Erhöhung der sozialen Kompetenz
- 3) Förderung der Körperwahrnehmung als Grundlage einer realistischen Selbstwahrnehmung
- 4) erhöhtes Empathievermögen

Die Ergebnisse der Studie zeigen eine deutliche Verbesserung der Körperwahrnehmung und positive Veränderungen im Bereich der sozialen Kompetenz. Innerhalb der Trainingswoche konnte eine zunehmende Involviertheit der Gefangenen belegt werden. Zudem zeigen die Gefangenen nach dem Training eine größere Bereitschaft sich mit ihrem Aggressionspotential auseinanderzusetzen. Im Bewegungsverhalten konnte ein Rückgang der beobachteten aggressiven Bewegungsmuster zum Ende des Trainings gemessen werden. In den Fokusgesprächen zeigte sich, dass die Mehrheit der Gefangenen das Training als positiv bewerteten und neue Erfahrungen und Veränderungen im eigenen Erleben und Handeln beschreiben. Die quantitativen Messinstrumente zeigen kaum Veränderungen.

2. Das AGT von e|m|o processing®

Körperorientierte Therapieformen, die sich das dynamische Zusammenwirken von Körper, Emotionen und Kognitionen zunutze machen, werden zunehmend feste Bestandteile von Behandlungs- und Trainingssettings. Deren Wirksamkeit wird u.a. durch die Embodiment-Ansätze auch in den Kognitionswissenschaften auf ein theoretisches Fundament gestellt (Niedenthal, 2007; Koch 2006). Das AGT nach e|m|o processing, arbeitet primär mit - und am Bewegungsverhalten und zielt auf eine Verhaltensveränderung auf der Grundlage entwicklungspsychologischer und hirneurobiologischer Vorgänge ab.

Die Neurobiologie belegt, dass prozedurales Lernen, d.h. die Bildung von Automatismen und Gewohnheiten, im Wesentlichen emotionales Lernen im subbewussten, impliziten Bereich ist. Ansätze zur Veränderung von Automatismen liegen daher im entsprechenden Einspeichern und in der Wiederholung. Die Entscheidung darüber fällt nicht primär im Bewusstsein! Diese neurobiologische Erkenntnis hat weitreichende Konsequenzen für Training und Therapie. Sie macht deutlich, dass verstandesmäßige Einsichten und Reden für eine bleibende, hirneurobiologisch relevante Veränderung wenig helfen kann, wenn nicht die entsprechende emotionale Einfärbung den Boden für eine Veränderung bereitstellt. Das AGT nach e|m|o processing erweist sich darum als wirksam, da gezielt über Bewegungs- und Wahrnehmungsangebote die sensomotorischen Gehirnregionen aktiviert werden, die den Boden für neue Handlungsstrategien ebnet.

Wir arbeiten während des 5 tägigen AGTs (täglich 5 Stunden) mit bewegungs- und drama-therapeutischen Interventionen, Elementen aus dem Aikido-Stockkampftraining und psychosomatischen Triggern. Die Teilnehmer erleben zuerst nonverbal ihre individuellen Strategien im Umgang mit Grenzen und Grenzverletzungen und die Zusammenhänge von Aggression, Kommunikation und Gewalt. Im Training wird der engen innerpsychischen Verknüpfung zwischen Aggression und Gewalt entgegengewirkt, um so den Klienten neue Handlungsspielräume zu ermöglichen.

Das Training wird derzeit 5 Tage durchgeführt – mit der von uns empfohlenen Möglichkeit innerhalb derselben Gruppenkonstellation über einen längeren Zeitraum weiterzuarbeiten.

3. Ziele des Trainings und Hypothesen der Studie

Die Ziele des AGT nach e|m|o processing liegen im Bereich

- 1) der Entwicklung konstruktiver und individueller Strategien im Umgang mit Aggression und Gewalt
- 2) der sozialen Kompetenz
- 3) der geförderte Körper- und Selbstwahrnehmung
- 4) des gefördertes Empathievermögens

Zumeist wird das Training mit Klienten durchgeführt, die sich nicht kennen und deren Erfahrungen mit Aggression und Gewalt ein diverses Bild ergeben. Basierend auf den obigen Erläuterungen steht innerhalb des ersten Trainings der nonverbale Prozess im Mittelpunkt. Aggression, Gewalt und Kontrollüberzeugungen sind in einem biographischen Kontext entstanden und gehören zu den beständigen Eigenschaften einer Person. Die erste Trainingswoche zielt auf die „Aufweichung“ und Bewusstwerdung dieser inneren Haltungen ab.

Die Hypothesen der Evaluation waren, dass die Teilnehmer nach der Teilnahme am Training höhere Kontrolle von Ärger/Wut/Frustration, ein besseres Selbstkonzept, höhere internale und geringere externale Kontrollüberzeugung aufweisen und das eigene Aggressionspotential am Ende des Trainings realistischer einschätzen können. Die Körperwahrnehmung, soziale Kompetenz und Involviertheit der Teilnehmer sollten sich verbessern. Aggressive Bewegungsrhythmen sollten sich zum Ende der Intervention verringern und das Fokusgespräch sollte ein differenzierteres Bild über die Zusammenhänge möglicher Resultate liefern. Zudem sollten die Teilnehmer nach der Intervention eine geringere Aggression (explizit und implizit) aufweisen. In der Kontrollgruppe sollten sich keine derartigen Veränderungen zeigen.

4. Die Evaluation – Ablauf und Methoden

47 männliche Insassen aus drei Justizvollzugs im gesamten Bundesgebiet nahmen an der Studie teil. Davon waren 29 in der Experimentalgruppe (EG) und 18 in der Kontrollgruppe (KG). Das Durchschnittsalter betrug 33,9 Jahre (SD = 10,3). 91,5% hatten Deutsch als Muttersprache, 6,4% Russisch und 2,1% Türkisch. Informationen über die Delikte der Teilnehmer waren uns nicht zugänglich. Eine Randomisierung war angestrebt, erwies sich aber als nicht in letzter Konsequenz durchführbar. Die Zuteilung zu EG und KG wurde von den jeweiligen betreuenden Psychologinnen/Sozialarbeiterinnen vorgenommen, die die Gefangenen hinsichtlich Muttersprache (Deutsch vs. Andere), Ärgerkontrolle (Anger In vs. Anger Out) und vorliegender Suchtproblematik (besteht vs. besteht nicht) parallelisierten. Weitere Gründe für die Zuteilung (Aufenthaltsdauer, Belohnungssysteme) können jedoch nicht ausgeschlossen werden.

Die Datenerhebung fand jeweils drei Tage vor dem Beginn des Trainings (Pretest) und am Ende des letzten Trainingstages (Posttest) am frühen Nachmittag statt. Das Training dauerte 5 Tage, jeweils von 9-16 Uhr unterbrochen durch 1½ Stunden Mittagspause. Im Rahmen der Evaluation wurde zunächst das Einverständnis der Teilnehmenden eingeholt. Dann erhielt jeder Proband entweder den Pretest-Fragebogen oder den IAT. Nach dem Training erfolgte die zweite Messung mit denselben Instrumenten. Mit den Probanden der EG wurde anschließend das Fokusgruppengespräch durchgeführt. Während der Trainings wurde montags (t1), mittwochs (t2) und freitags (t3) der Prozessevaluationsbogen am Ende des Trainingstages vorgelegt. Am ersten und am letzten Trainingstag wurde in der Begrüßungs- bzw. Abschlussrunde von der Co-Trainerin oder einer externen Raterin die Verhaltensbeobachtung durchgeführt.

5. Versuchsmaterial und Messinstrumente

Für die Evaluation wurden zwei Fragebögen verwendet, die auch in russischer Übersetzung vorlagen. Der Hauptfragebogen bestand aus den folgenden Skalen:

- State-Trait-Ärgerausdruckinventar (STAXI; Schwenkmezger, Hodapp & Spielberger, 1992),
- Fragebogen zu Kompetenz- und Kontrollüberzeugungen (FKK; Krampen, 1991),
- Kurzform des Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ-SF; Diamond, Wang & Buffington-Vollum, 2005; in eigener Übersetzung)
- Heidelberg State Inventory (HSI; Koch, Morlinghaus & Fuchs, 2007).

Der gesamte Hauptfragebogen wurde auch von den beiden Trainern (für jeden Gefangenen) ausgefüllt, um anhand der Diskrepanz von Selbst- und Fremdratings feststellen zu können wie realistisch die Einschätzungen der einzelnen Teilnehmer zu Beginn und zum Ende des Trainings waren (von manchen Maßen nahmen wir anstelle einer direkten Verbesserung eine realistischere Einschätzung zum Ende des Trainings an; z.B. Ärger).

Zudem wurde ein Prozessevaluationsfragebogen (Fragebogen zur Wirksamkeit von Tanz- und Ausdruckstherapie FTT; Gunther, 2007; siehe Anlage1) mit den Dimensionen Körperwahrnehmung, soziale Kompetenz und Involviertheit, der speziell für Veränderungen aufgrund von Bewegungstherapie entwickelt wurde, an drei Wochentagen eingesetzt. Am Ende dieses Bogens sollten die Gefangenen die Nähe zu ihrer eigenen Aggression, zur Gruppe und zum Trainer jeweils durch das Positionieren eines Klebepunktes in Relation zu einem Kreis, der das Selbst symbolisierte, einschätzen (siehe Anlage 1; die Anlage beinhaltet selbst konstruierte und unveröffentlichte Maße, die sich im Rahmen der Evaluation des Trainings als sinnvoll erwiesen haben).

Des Weiteren wurde ein Aggressions-IAT (Banse, 2001, Glöckner & Haar, 2004), eine Verhaltensbeobachtung (KMP; Kestenberg Amighi et al., 1999; Koch & Müller, 2007) und ein Fokusgruppengespräch durchgeführt. Beobachtung, Prozessevaluation und Fokusgruppe fanden bei der nicht Kontrollgruppe statt.

6. Ergebnisse

Hauptfragebogen

Ein t-Test für unabhängige Stichproben zeigte keinen signifikanten Baseline Unterschiede von EG und KG im Hauptfragebogen. Die Hypothesen zu den hier erfassten Dimensionen wurden mittels einer einfaktoriellen multivariaten Varianzanalyse (MANOVA) überprüft. Das Alpha-Level lag bei $p=.05$. Dabei ergab sich kein signifikanter multivariater Effekt $F(16,30)=1,256$, $p=.286$; $\eta^2=.40$. Auch die Einzeltests mittels 2×2 -ANOVAs (EG/KG x Pretest/Posttest) ergaben keine signifikanten Interaktionseffekte zwischen Gruppen- und Zeitfaktor.

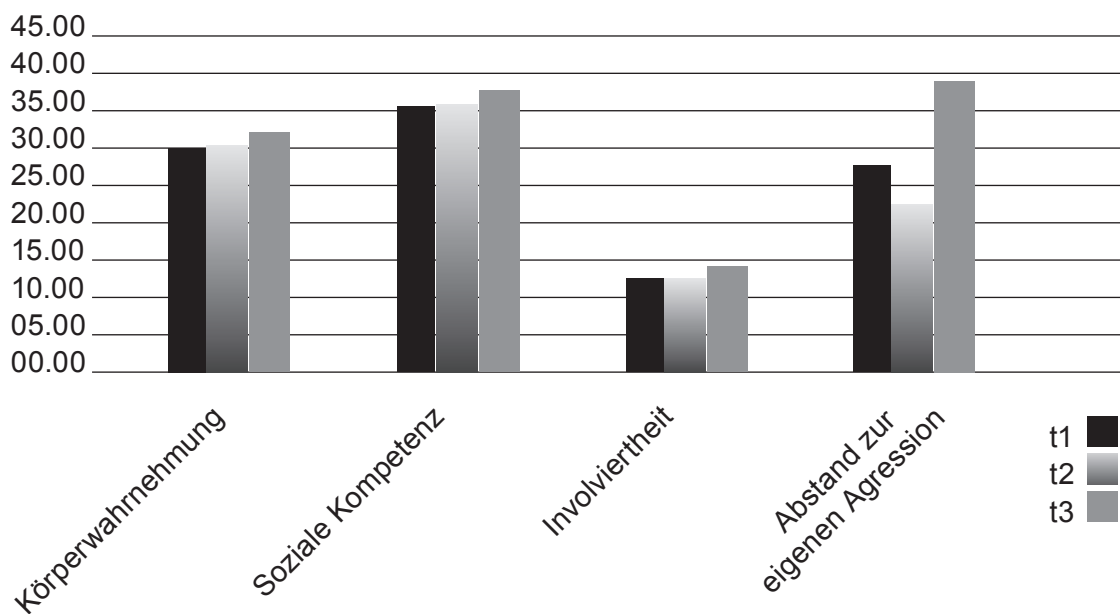
Korrespondenz Fremdratings (Trainer) – Selbstratings (Strafgefangene)

Bei den drei Variablen Körperliche Kompetenz, Anger In und Anger Out (STAXI) hatten wir die Hypothese, dass sich die Selbstberichtswerte in die realistischere Richtung verändern. Bei zweien davon liess sich dies verifizieren. Die Einschätzungen körperlicher Kompetenz, und die Korrelation Aggressions- (BPAQ Fremd) und Ärgerwerte (Anger In Selbst) korrespondieren in der Tat im Posttest höher. Die Korrelationen für Körperliche Kompetenz (C4) sind im Pretest nicht signifikant und im Posttest signifikant (Trainer), die für BPAQ Physical (Fremd) und Anger In (Selbst) sind im Pretest nicht signifikant und im Posttest signifikant (Trainer + Co-Trainerin). Die Korrelationen Anger Out sind sowohl im Pretest als auch im Posttest signifikant. D.h. hier gab es keine Veränderung. Die Gefangenen schätzten also im Anschluss an das Training ihre eigene körperliche Kompetenz realistischer ein. Zum zweiten korrespondierte ihre eigene Einschätzung ihres nach innen gerichteten Ärgers besser mit der von den Trainern nach außen wahrgenommenen Aggressivität. Beides deutet auf einen Fortschritt in der Selbstwahrnehmung hin.

Prozessevaluationsbogen

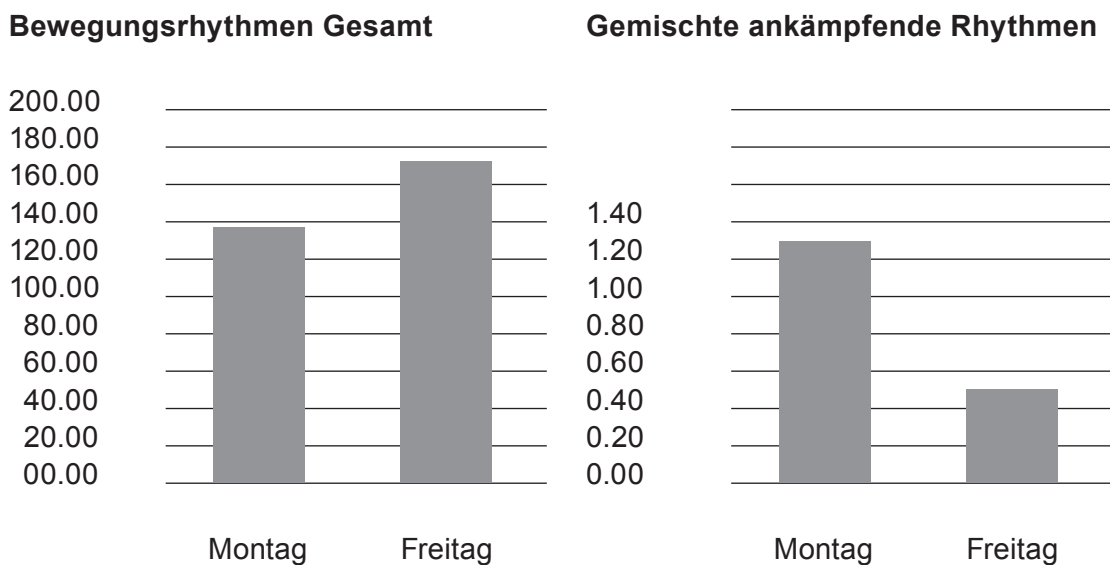
Beim Prozessevaluationsbogen ergaben sich hingegen eindeutige Verbesserungen in die erwartete Richtung. Sowohl die Körperwahrnehmung (KW) $t(1, 23)=2,99$; $p=.007$ als auch die soziale Kompetenz (SOK) $t(1, 22)=2,95$; $p=.007$ verbesserten sich von t1 (Montag) zu t3 (Freitag) signifikant. Auch der Grad der Involviertheit (Items F01-F03) mit dem Training nahm im Laufe der Trainingswoche signifikant zu $t(1, 24)=3,57$; $p=.002$. Die Verbesserung von t1 nach t2 (Mi.) war jeweils nicht signifikant, die Verbesserung von t2 nach t3 jeweils signifikant. Die empfundene Nähe zur eigenen Aggression stieg zur Hälfte des Trainings zunächst an $t(1, 25)=-2,76$; $p=.011$ und fiel dann signifikant ab $t(1, 24)=3,22$; $p=.004$ und die empfundene Nähe zur Gruppe und zum Trainer nahm von Montag bis Freitag signifikant zu; je $p<.01$ ($n=15$). Die Gesamtverbesserung von Beginn bis zum Ende des Trainings war jeweils hochsignifikant ($p<.01$; siehe Abb. 1). Die internen Konsistenzen der Subskalen waren Cronbachs Alpha=.87 für Körperwahrnehmung, .91 für soziale Kompetenz und .93 für Involviertheit.

ABB. 1: Mittelwerte für Körperwahrnehmung, Soziale Kompetenz und Involviertheit zu den drei Messzeitpunkten der Prozessevaluation (von t1 zu t3 jeweils $p < .01$)



Die Verhaltensbeobachtung ergab einen signifikanten Unterschied in der Verwendung von Körperrhythmen zu Beginn und zum Abschluss des Trainings: aggressive Rhythmen verminderten sich zum zweiten Messzeitpunkt $t(1, 46)=-2.37$; $p=.028$, während die Gesamtzahl der Rhythmen zunahm $t(1, 20)=2.21$; $p=.039$, d.h. die Teilnehmer zeigten am Ende des Trainings ihre Bedürfnisse stärker (siehe Abb. 2).

ABB. 2: Veränderungen in der Benutzung aggressiver Rhythmen im sitzenden Gruppengespräch vom ersten zum letzten Trainingstag (jeweils $p > .05$)



IAT

Auf dem IAT gab es keine signifikanten Unterschiede zwischen EG und KG sowie Pre- und Posttestwerten. $F(1, 46)=.924$; $p=.343$; $\eta^2=.02$.

Die Fokusgruppengespräche ergaben folgendes Gesamtbild: Die große Mehrzahl der Teilnehmer berichtete sehr positiv, dass sie neue Erfahrungen gemacht und etwas gelernt haben. Mehr als 80% nannten, dass sich ihr Körpergefühl und ihre Körperbeherrschung verbessert haben, dass sie ihre eigenen Grenzen besser kennen gelernt hätten, dass sie sich nun kompetenter fühlten, mit schwierigen Situationen umzugehen, und sich nun besser bzw. erstmalig in die Opferrolle versetzen könnten. Über zwei Drittel wünschten sich eine Verlängerung des Trainings und mehr Einzelgespräche. Bemängelt wurde, dass einzelne Teilnehmer Probleme hatten, sich auf das Training einzulassen, und dass ihnen das Training nicht lösungsorientiert genug war. Die große Mehrheit der Teilnehmer äußerte sich jedoch ausgesprochen positiv über die e|m|o processing Methode, und fand sie deutlich angenehmer und effektiver als die herkömmlichen konfrontativen Trainings.

7. Diskussion

Die Befunde der Prozessevaluation zeigten, dass sich die Körperwahrnehmung und die soziale Kompetenz der Teilnehmer über die Trainingswoche hinweg signifikant verbesserten. Beides - die Wahrnehmung für sich und den anderen - stellen Grundbausteine in der Gewaltprävention dar.

Während des Trainings stieg der subjektiv empfundener Grad der Involviertheit und die empfundene Nähe zur eigenen Aggression zunächst an und fiel dann signifikant ab. Daraus wird deutlich, dass sich die Teilnehmer auf die nonverbalen Methoden einlassen und in kurzer Zeit einen inneren Bezug zu den Trainingsmethoden herstellen. Involviertheit mit inneren Prozessen und Motivation sind vor allem im Kontext des Strafvollzugs nicht leicht herzustellen und eine notwendige Voraussetzung für therapeutische Prozesse.

Die Möglichkeit der Distanzierung von aggressiven Impulsen ist für Gewaltstraftäter ein elementarer Schritt im Training. Ein Teil des Präventionsgedankens von e|j|o processing ist die Möglichkeit, einen „Puffer“ aufzubauen der Emotion (Aggression) und Gewalt (Handeln) voneinander trennt.

Hinsichtlich der selbstberichteten Aggression, des Ärgers und der Kontrollüberzeugungen sowie der Stimmung (Hauptfragebogen) gab es keine Unterschiede zwischen der Experimental- und der Kontrollgruppe. Dies kann von verschiedenen Perspektiven betrachtet werden:

- a) Die Stichprobengröße war zu klein (für den EG – KG Vergleich wurden n=96 Teilnehmer benötigt; für Pre-Post Unterschiede war die Stichprobengröße ausreichend) oder an generellen Stichprobenproblemem (Vergleichbarkeit EG - KG aufgrund fehlender Randomisierung),
- b) an der kurzen Interventionsdauer
- c) an der geringen Sensitivität der verwendeten Messinstrumente gegenüber den tatsächlich stattgefundenen Veränderungen,
- d) am Umgang der Teilnehmer mit den Instrumenten (aus anderen Untersuchungen ist bekannt, dass in dieser Population z.T. Motivationsprobleme, Konzentrations- und kognitive Probleme, mangelnde Erfahrungen mit Computeraufgaben etc. vorliegen),
- e) dass die Kontrolle potentieller anderer einflussreichen Faktoren nicht möglich war (z.B. Delikthintergrund; Standardisierung der Trainings- und Erhebungsbedingungen; Durchführung).

Der Hauptfragebogen testete die kognitiven Veränderungen. Das AGT nach e|j|o processing sieht die Möglichkeit der Veränderung der Denkmuster auf der Basis der Veränderung im Bewegungsverhalten und der emotionalen Kompetenz. Oder von der hirnpfysiologischen

Perspektive gesprochen: Es muss zuerst eine neue „hirnphysiologische Spur“ (über Bewegung) etabliert werden. Dies kann nach einem 5 tägigen Training nicht zu erwarten sein und verlangt nach einer Verlängerung des Trainings.

Die Verhaltensbeobachtungen nach Kestenberg (1995) ergaben, dass die Teilnehmer zu Beginn des Trainings signifikant weniger Bewegungsrhythmen (d.h. Bedürfnisse) zeigten als zum Abschluss, was heißt dass die Gefangenen zum Schluss ihre Bedürfnisse stärker zeigten. Insbesondere zeigten sie zu Beginn des Trainings signifikant mehr ankämpfende Rhythmen, d.h. mehr Aggressionsbereitschaft, während sie am Ende des Trainings insgesamt mehr hingebende Rhythmen, also weniger Aggressionsbereitschaft aufwiesen.

Die Veränderung des Bewegungsverhaltens lässt die Vermutung zu, dass die e|m|o processing Methode a) den Klienten befähigt mehr mit dem eigenen Erleben und den eigenen Bedürfnissen in Kontakt zu sein und b) seine Aggressionsbereitschaft vermindert. Dieses Ergebnis wäre allerdings aufgrund der fehlenden Kontrollgruppe ein weiteres Mal zu verifizieren.

Die Fokusgruppengespräche warfen ein positives Licht auf Training und Trainer. Dies muss vor allem vor dem Hintergrund gesehen werden, dass sich das AGT von der Kultur des Strafvollzugs abhebt und soziales, emotionales und körperliches Neuland darstellt. Die Klienten zeigen sich in den Trainingseinheiten von neuen Seiten, riskieren subjektiv Imageverlust und versuchen sich an anderen Formen des Umgangs. Insofern ist das AGT nach e|m|o processing auch soziales Experimentierfeld.

8. Fazit

Die gefundene Verbesserung der Körperwahrnehmung und der sozialen Kompetenz entsprachen den Zielen des Trainings. Die zunehmende Involviertheit der Gefangenen über die Trainingswoche und das Ergebnismuster der abnehmenden Nähe zur eigenen Aggression, sind ebenfalls durch das Training intendierte Resultate. Der Rückgang der beobachteten aggressiven Bewegungsmuster zum Ende des Trainings ist gleichfalls im Sinne der Hypothesen zu interpretieren. Die qualitativen Ergebnisse und Beobachtungen sprechen - entgegen den quantitativen Resultaten - insgesamt deutlich für die Wirksamkeit des Trainings in die erwartete Richtung.

Körperorientierte Therapieformen allgemein und das AGT nach e|mo processing im Besonderen leisten einen spezifischen Beitrag zur Resozialisierung von Strafgefangenen, der sich mit quantitativen und qualitativen Messinstrumenten nachweisen liess. Es hat sich gezeigt, dass in der Evaluation bewegungsbasierter Trainings am besten solche Instrumente eingesetzt werden, die speziell für diesen Bereich entwickelt wurden. Auf dem Bogen von Gunther (2007) und dem KMP (Kestenberg-Amighi et al., 1999) fanden sich die aussagekräftigsten Veränderungen.

Um jedoch insgesamt abgesicherte Aussagen treffen zu können, müsste die Evaluation, unter Neukonstruktion des Fragebogenmaterials, Verlängerung der Trainingsdurchführung (von einer auf zwei Wochen), Aufstockung der Stichprobe und einem Follow-Up mit mehrmonatiger Latenz wiederholt werden, um die Veränderungen auf Grundlage der nun gewonnenen Erfahrungen valide zu erfassen.