

## SOZIALKOGNITIVES EINZELTRAINING (SKET)

Das sozialkognitive Einzeltraining wird auf der Grundlage eines festgelegten Trainingsprogramms durchgeführt. Es ist für Jugendliche und Heranwachsende geeignet, die sich wiederholt dissozial und / oder gewalttätig verhalten haben und deren sozialkognitive Kompetenz nicht ausreichend entwickelt ist. Eine gezielte Förderung der Wahrnehmung, der Selbstreflexion und die Kontrolle von (affektiven) Handlungen stehen dabei im Mittelpunkt. Das Training dauert mindestens sieben Monate mit wöchentlichen ein bis zweimaligen Treffen. Es sind insgesamt 40 Trainingssitzungen zu absolvieren.

Das Trainingsprogramm gliedert sich in drei Themenbereiche:

### **1. Wahrnehmung, Problemerkennung, Entwicklung von Lösungsmöglichkeiten**

Problemwahrnehmung, Ziele und Hindernisse, Informationsverarbeitung, Vermutungen und Tatsachen, Konsequenzen, Straftaten-Analyse

### **2. Umgang mit Emotionen und Aggression**

Erkennen von Gefühlen, Differenzierung aggressiver Gefühle, Konfliktentwicklung, Gewaltdefinition, Gewaltvermeidungsstrategien

### **3. Moralische Fragen diskutieren/ Moralisches Denken und Handeln**

Unterscheidung zwischen „richtig“ und „falsch“, Motive des Handelns, Rücksicht auf andere, Dilemma, Werte und Normen, Charaktereigenschaften

Ein wesentlicher Bestandteil des Einzeltrainings ist der Aufbau einer tragfesten pädagogischen Arbeitsbeziehung zwischen dem/der Trainer/ in und dem/der Teilnehmenden. Die konsequente Haltung des/der Trainer/in zur Durchsetzung des Trainingsrahmens bildet eine weitere Grundlage für den Trainingserfolg.

Der Verlauf einer Trainingssitzung gestaltet sich wie folgt:

0. Ankommen, Befindlichkeit, Stimmung
1. Kurze Überprüfung, Auswertung der Inhalte der vorangegangenen Sitzung
2. Bearbeitung des Themas (mittels fiktiver Beispiele dritter Personen, Arbeitsblättern, Grafiken, Diskussion und Stellungnahme, etc.)
3. kurze Zusammenfassung des Ergebnisses / Auswertung der Sitzung
4. Beobachtungs-/ Denkaufgabe für den Alltag, welche in der nächsten Sitzung besprochen wird.