

KOMPETENZTRAINING/ EINZELTRAINING

Das Kompetenztraining wird als phasenstrukturiertes Einzeltraining durchgeführt, das sich an dem individuellen Entwicklungsbedarf des Jugendlichen und Heranwachsenden orientiert, um deren emotionale und soziale Kompetenzen zu stärken. Es ist für Jugendliche und Heranwachsende vorgesehen, die mit dissozialem und/oder gewalttätigem Verhalten aufgefallen sind und deren Handlungen auf einen erheblichen Mangel an sozialer Kompetenz hinweisen. Das Training dauert ca. vier Monate mit ein bis zweimaligen wöchentlichen Treffen. Es sind insgesamt 20 Trainingssitzungen zu absolvieren.

Das Kompetenztraining hat folgende Struktur:

1. Kennenlernphase (4 Sitzungen)

Clearing und Zieldefinition für das Training (Orientierung auf 1-2 Trainingsschwerpunkte für die 2.Phase), Aufbau einer Arbeitsbeziehung, Selbstwahrnehmung, Biografie, Lebensmittelpunkt, Bezugspersonen, Motive der (begangenen) Straftaten

2. Schwerpunktphase/ Training (12 Sitzungen)

Persönlichkeit: Fortsetzung der Übungen zur Selbstwahrnehmung aus der Kennenlernphase, Stärken-Schwächen-Analyse, Fremdeinschätzung durch Bezugspersonen, Vergleich der Fremd- und Selbstwahrnehmung, Erwartungen an andere/ von anderen, Reflexion eigener Handlungsmuster, Reflexion von (erlebten) Beziehungen und Einflussnahme von anderen auf das eigene Handeln, Erarbeiten von Strategien zur Integration einerseits und Abgrenzung andererseits, Kennenlernen von Kommunikationsmodellen, Kommunikationsübungen, Übungen zum Perspektivenwechsel

Affektkontrolle: Übungen zum Erkennen und Benennen von Gefühlen, Entwicklung und Reaktionen bei Ärger und Wut, Wuttagebuch, Übungen zur Selbstkontrolle und Frustrationstoleranz, Konfliktenwicklung, Erarbeiten von Arten und Motiven von Gewalt, Gewaltvermeidungsstrategien, Kommunikationsmodelle und -übungen, Konfliktlösungsmodelle, Übungen zur Perspektivenübernahme, Rollenspiele, Herausarbeiten von Konsequenzen eigenen Handelns

Regelverhalten: Vertiefung der Auseinandersetzung mit dem Thema Straftaten aus der ersten Phase, Rechtsfragen, Vor- und Nachteile von Straftaten, Herausarbeiten von Konsequenzen des eigenen Handelns für Opfer und Täter, Werte und Normen der Gesellschaft, Auseinandersetzung mit persönlichen Haltungen, Herkunft, Religion u.ä., Übungen zur Entscheidung von „Richtig“ und „Falsch“, Reflexion zum moralischen Handeln im Alltag, Übungen zur Perspektivenübernahme

Perspektiven/ Problemlösung: Übungen zum Erkennen von Handlungsmöglichkeiten und Hindernissen bei der Problembearbeitung unter der Berücksichtigung persönlicher Ressourcen, Realität und Vision, Vorbilder und Idole, Zukunftsvorstellungen,

Aufgaben zur Zielerreichung, Reflexion von Erfolg und Misserfolg, Erarbeiten von Handlungsmöglichkeiten, ohne Straftaten zu begehen

3. Reflexions- und Ablösephase (4 Sitzungen)

Überprüfung der Zielerreichung, Transfer in den Alltag, Feedback, Ausblick

Eine verbindliche Arbeitsbeziehung zwischen Trainer/in und Teilnehmer/in bildet die Grundlage für die Durchführung des Trainings. Durch die individuelle Verabredung der Ziele und Schwerpunkte hat das Kompetenztraining methodisch und inhaltlich einen flexiblen Charakter. Bei Bedarf werden Eltern, Betreuer/innen und andere Bezugspersonen mit eingebunden