

Training „Soziale Kompetenzen“ in der Bewährungshilfe Hessen

Eine Gruppe hessischer Bewährungshelferinnen und Bewährungshelfer¹, die sich seit Jahren regelmäßig treffen, entwickelten das Trainingskonzept „Soziale Kompetenzen“.



Das Trainingskonzept wird in einem Handbuch der Reihe **DBH-Materialien**² veröffentlicht (Nr. 54 – Erscheinung voraussichtlich Ende 2005). In einer öffentlichen Veranstaltung am **25.01.2006 in Frankfurt/Main** wird es vorgestellt werden.

Die Idee dazu entstand, um die bisher praktizierte Arbeit in der Bewährungshilfe zu ergänzen. Letzter Anstoß zur Entwicklung des Trainingsprogramms „Soziale Kompetenzen“ gab eine von der hessischen Polizeischule für Polizisten konzipierte gleichnamige Schulung.

Eine für die Bewährungshilfe modifizierte Schulung erfolgte für die Gruppe der hessischen Bewährungshelfer durch einen Trainer der hessischen Polizeischule im Verlauf der Jahre 2001-04 in verschiedenen Bausteinen.



In Anlehnung daran wurde ein eigenes Konzept entwickelt und auf das Klientel der Bewährungshilfe zugeschnitten.

Es wurde mit diesem Modul ein fachlicher Schwerpunkt erarbeitet, der sich später zu einem Standard in der Bewährungshilfe entwickeln kann.

¹ Das Gruppentrainingskonzept „Soziale Kompetenzen“ haben entwickelt:
Ute Amann, Dipl. Soz.Päd, Bewährungshelferin beim Landgericht Darmstadt
Dorothee Ness, Dipl. Soz.Päd, Bewährungshelferin beim Landgericht Gießen
Andreas Nixdorff, Dipl. Soz.Arb, Bewährungshelfer beim Landgericht Darmstadt
Holger Rebscher, Dipl. Soz.Päd, Bewährungshelfer beim Landgericht Darmstadt
Peter Reckling, Dipl. Päd., Geschäftsführer DBH-Fachverband für Soziale Arbeit, Strafrecht und Kriminalpolitik, Köln
Birgit Schrankel, Dipl. Soz.Päd, Bewährungshelferin beim Landgericht Limburg
Frank Sträßer, Dipl. Soz.Päd, Bewährungshelfer beim Landgericht Limburg
Daniel von Ganski, Dipl. Soz.Päd, Bewährungshelfer beim Landgericht Wiesbaden

² Herausgeber DBH-Fachverband für Soziale Arbeit, Strafrecht und Kriminalpolitik, Aachener Str. 1064, 50858 Köln, E-Mail: kontakt@dbh-online.de, Internet: www.dbh-online.de

Ziel des Moduls soll sein

- Die Entstehung und den Verlauf von Konflikten so zu beeinflussen, dass sie zu einem sozial befriedigenden Ausgang führen.
- Die soziale Handlungskompetenzen zu verbessern und eigene und fremde Verhaltensweisen bewusst erkennen, verstehen und beeinflussen zu können.
- Die Dynamik der zwischenmenschlichen Kontakte und Beziehungen zu erkennen und auf das eigene Handeln anzuwenden.

Unter „Sozialen Kompetenzen“ verstehen die Autoren ein adäquates, situationsangepasstes, soziales Verhalten.

Die unterstellten Klienten zeichnen sich häufig dadurch aus, Schwierigkeiten im Umgang mit Mitmenschen in alltäglichen Situationen, im alltäglichen Kontakt zueinander zu haben. Oftmals sind sie nicht in der Lage ihre Gefühle, Wünsche, Bedürfnisse, Forderungen adäquat einzubringen.

Sie fühlen sich häufig nicht verstanden, nicht ernst genommen, sind frustriert und neigen zu inkompetenten Reaktionen, bzw. inkompetenter Durchsetzung ihrer Forderungen.

Es stellt sich Stress ein.

Dadurch kommt es oftmals zu Überreaktionen (z.B. Aggressivität) oder Rückzugstendenzen (z.B. Depression, Sucht)

Inkompetentes Verhalten beschränkt sich hierbei nicht unbedingt auf einen problematischen Bereich, sondern kann breit gefächert sein.

Psychische Gesundheit, Lebensqualität und Selbstverwirklichung von Menschen hängt in vielerlei Hinsicht davon ab, ob und wie sie in der Lage sind mit ihren Mitmenschen in Kontakt zu treten, und die entstehenden Situationen bedürfnisgerecht und zielgerichtet zu gestalten.

Kerngedanke ist hierbei, dass jeder Mensch über eine Anzahl kognitiver, emotionaler und motorischer Fähigkeiten verfügt, die in alltäglichen sozialen Situationen zu einem längerfristig günstigeren Verhältnis von positiver und negativer Konsequenz für den Handelnden führen.

D.h. zum Beispiel, dass Durchsetzungsvermögen alleine zum Erreichen eines Zieles nicht ausreichend ist, um längerfristige Erfolge zu bewirken.

Der Einzelne soll über die Fähigkeit verfügen akzeptable Kompromisse zwischen seinem individuellen Bedürfnis einerseits und sozialer Anpassung andererseits zu finden und zu verwirklichen.

Soziale Kompetenzen sind lern- und trainierbare Verhaltensfertigkeiten.

Im Gegensatz zu herkömmlichen Methoden klassischer Verhaltenstherapie mit der Beschreibung negativer Verhaltensanteile, setzt das Konzept „Soziale Kompetenzen“ bei der Beschreibung positiver Ressourcen an, und fragt nach konstruktiven Verhaltensanteilen, für die sich Förderung besonders anbietet

Das Training sollte nur von Personen durchgeführt werden, die an einer Trainer bzw. Trainerinnenschulung für dieses Konzept teilgenommen haben.

Es enthält, neben einem theoretischen Teil zu Ich-Zuständen, viele Elemente zur Modifikation kognitiver und emotionaler Prozesse. Die Gruppe legt bei der Entwicklung Wert darauf viele Elemente zu verarbeiten, die Prozesse Sozialen Verhaltens erfahrbar machen.

Begegnungen mit Mitmenschen laufen nicht nur über sprachlichen Kontakt, sondern sehr viel bedeutender und eindrucksvoller über Körpersprache, die oft in Form umfassender Verhaltensmuster organisiert ist und viel deutlichere Signale gibt. Deshalb wird auf dieses nonverbale Kommunikationsmittel großen Wert gelegt und u.a. durch Rollenspiele verdeutlicht.

Die Zuweisung zu dem Training erfolgt durch die zuständigen Bewährungshelfer oder Bewährungshelferin. Ebenfalls können die Gerichte eine entsprechende Weisung erteilen.

Für einen guten Trainingsablauf sind zwei Voraussetzungen zu erfüllen.

a) personelle und technische Ausstattung

Das Training sollte immer mit zwei Trainer oder Trainerinnen durchgeführt werden. Dies hat den Vorteil der gegenseitigen Unterstützung und Beratung. Vor allem im Bereich der praktischen Übungen ist es sehr wichtig, dass neben dem Filmenden ein weiterer Trainer sich der Gruppe zuwenden kann.

Von der technischen Seite sollten folgende Materialien vorhanden sein:

- Flipchart, Papier, Filzstifte
- Videokamera
- Videorecorder
- Fernsehgerät
- ein ausreichend großen Gruppenraum.

Der Raum sollte genug Flächen zum Aufhängen der erarbeiteten Wandzeitungen haben. Diese sollen während des gesamten Trainings sichtbar bleiben, damit die Teilnehmer immer wieder auf das Erarbeitete schauen können und das Gefühl „Hier wird etwas geleistet“ verstärkt wird.

b) Voraussetzungen der Teilnehmer

Es ist sinnvoll mit jedem potentiellen Teilnehmer ein Vorgespräch zu führen. In diesem Gespräch kann das Training vorgestellt und evt. Fragen abgeklärt werden. Außerdem kann die Motivation, warum der Proband am Training teilnimmt überprüft werden.

In diesem Gespräch wird auch erörtert, was die Trainer von dem Teilnehmer erwarten.

Die Teilnehmer müssen der deutschen Sprache mächtig sein und kein aktuelles Drogen- oder Alkoholproblem haben.

Eine verbindliche und pünktliche Teilnahme wird erwartet. Bei mehr als zwei versäumten Terminen, wobei die beiden Blockveranstaltungen Pflicht sind, ist der Teilnehmer auszuschließen.

Das Training umfasst insgesamt 44 Stunden. Diese gliedern sich in 8 Einheiten à 2 Stunden und in 2 Einheiten à 4 Stunden und eine Einheit à 10 Stunden.(Blockveranstaltung).

Kurzer Überblick über die 7 Phasen des Gruppentrainings

Phase 1 Kennen lernen (2 Abende)

In der ersten Phase geht es darum eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen und sich über die Erwartungen, Befürchtungen der einzelnen Teilnehmer zu verständigen.

Durch den Einsatz spielerischer Elemente lernen die Teilnehmer sich gegenseitig und die Trainer kennen.

Regeln für den Umgang miteinander während des Trainings werden festgelegt. Rituale die die jeweiligen Einheiten beginnen und beschließen werden eingeführt (z.B. Ankommübung, Befindlichkeitsabfrage, Blitzlicht u.ä.).

Die Teilnehmer beginnen eigene Gefühle zu erkennen und zu äußern. In dieser Phase wird auch das Thema Körpersprache eingeführt

Phase 2 Einstieg in das Thema (2 Abende)

In dieser Phase wird anhand von verschiedenen Übungen die Unterscheidung von Selbst- und Fremdwahrnehmung näher gebracht (und vor der Gruppe dargestellt). Hier erfolgt auch die Einführung der Videotechnik, d.h. bestimmte Übungen werden mit der Kamera aufgezeichnet und angeschaut.

Grundlagen für die Beurteilung der Körpersprache werden vermittelt. Es kommt zu einer ersten Einführung in das Strukturmodell der Transaktionsanalyse.

Die nächste Einheit bildet ein Wochenendblock. Dieser wird teilweise mit den Teilnehmern zusammen vorbereitet.

Phase 3 Konfrontation und Hinterfragen des eigenen Verhaltens (4 -5 Stunden)

In dieser Phase kommt es zu einer weiteren Vertiefung des Strukturmodells der Transaktionsanalyse und der Bedeutung der Körpersprache. Des Weiteren findet eine intensive Einführung in die Methode des Rollenspiels statt. Hierzu führen die Trainer selbst ein sog. „Modellrollenspiel“ durch, welches aufgenommen und besprochen wird. Die Teilnehmer werden mit dem Umgang der Medien sicherer. Anhand vorgegebener Rollenspielsituationen sollen die Teilnehmer eine Einordnung vornehmen, welche Situation ihnen am wenigsten und welche für sie am schwierigsten sei. (Schwierigkeitsthermometer)

Phase 4 Alternativen kennen lernen (7-10 Stunden)

Mittels der Durchführung, Aufzeichnung und Auswertung von Rollenspielen wird erlernt problematische Situationen besser zu erkennen, zu bewerten und ein größeres Repertoire von Handlungsmöglichkeiten zu erlangen. Die

Teilnehmer führen die Rollenspiele mit größer werdendem Schwierigkeitsgrad durch. Diese werden mit Hilfe von Beobachterbögen angeschaut und besprochen. Die Teilnehmer sollen auf problematische Situationen achten, gelungene Handlungsweisen erkennen. Immer auch vor dem Hintergrund der Ich Zustände und der beobachtbaren Körpersprache. Diese Einheit wird selbstverständlich durch Entspannungsübungen und gemeinsames Essen aufgelockert.

Phase 5 Alternativen üben (2 Abende)

Hier werden die neuen Handlungskonzepte vertieft, auf ihre Alltagstauglichkeit überprüft und die Teilnehmer auf die Erprobung in einer realen Lebenssituation vorbereitet. Hierzu erfolgt eine Vertiefung der TA und die Teilnehmer führen Rollenspiele in vorgegebenen Ich-Zuständen durch. Hierdurch soll klar werden, dass es Alternativen zu den bisher erlernten und eingeübten Verhalten gibt.

Phase 6 Transfer (1 Nachmittag und 1 Abend)

Die Teilnehmer setzen ihr erlerntes Wissen in vorgegebenen Lebenssituationen ein. Hierzu erhalten sie Aufgaben die sie am Nachmittag an verschiedenen Orten in der Stadt erfüllen müssen (z.B. Gang zur Polizei oder Behörde u.ä.) Hierbei sind jeweils 2 Teilnehmer zusammen. Der Ausführende soll eine Bewertung der Situation mit Gefühlsbeschreibung liefern und die weitere Person Aussagen darüber treffen wie er die Person in der jeweiligen Situation erlebt hat.

Im Anschluss an diese Realerprobung kommt es zu einer Auswertung der situativen Selbst- und Fremdwahrnehmung. Durch intensive Selbstreflexion werden weitere Handlungsalternativen erarbeitet. Exemplarische Situationen werden nachgespielt. Zunächst wie es tatsächlich war und dann wie man es sich gewünscht hätte.

Phase 7 Auswertung und Abschluss (1 Abend)

Neben einer Reflektion der einzelnen Lernphasen wird abschließend ein Feedback für die Teilnehmer durch die Trainer und für die Trainer durch die Teilnehmer gegeben.

Bislang haben vier Trainings in Hessen an den Standorten Darmstadt und Dillenburg stattgefunden. Insgesamt haben 23 Personen an dem Training teilgenommen.

Das Konzept wurde von den zuständigen Richtern und den Teilnehmern durchweg positiv beurteilt. Teilweise erhalten bzw. hatten Teilnehmer die Auflage an dem Training teilzunehmen.

Das Konzept wurde und wird von der Gruppe hessischer Bewährungshelfer aufgrund der Erfahrungen ständig überarbeitet.

Ziel ist eine Veröffentlichung des Konzeptes und Erstellung eines Schulungsmoduls für KollegInnen die dann mit diesem Konzept arbeiten können.

Kontakt: Bewährungshelferin Ute Amann, Steubenplatz 9-11, 64293 Darmstadt, E-Mail: UteAmann@t-online.de