

Gewaltprävention im «Outback»

Kompetenztraining für Jugendliche

Beim Thema «Jugendgewalt» wird häufig vergessen, dass diese auch Folge und Bestandteil häuslicher Gewalt sein kann. Das von Reto Mischol, Benjamin Krexa und Marion Stalder-Strasser beschriebene «Kompetenztraining für Jugendliche» ist deshalb auch in diesem Zusammenhang relevant.

In der Medienberichterstattung erscheint zum Thema Gewalt weitgehend das Bild Jugendlicher, die Gewalt gegen aussen, insbesondere gegen Gleichaltrige anwenden. Destruktive Aggression durch Jugendliche findet jedoch auch innerhalb der Familie statt. Kinder und Jugendliche sind dort Opfer wie auch Täter. Eltern werden von Jugendlichen geschlagen und bedroht, Geschwister drangsaliert und unter Druck gesetzt. Das familiäre Gewalklima stellt eine massive, die individuelle Entwicklung behindernde Rahmenbedingung für Kinder und Jugendliche dar. Unabhängig davon, ob diese die Gewalt ertragen müssen oder sie auch ausüben. In diesem Zusammenhang werden von Gerber (2008) unter anderen folgenden Problemstellungen genannt:

- Der Gewaltbegriff von Minderjährigen im Kontext von häuslicher Gewalt ist nicht definiert.
- Eine Sensibilisierung bei Fachpersonen fand bislang nur ungenügend statt.
- Geschwistergewalt, Gewalt gegen Eltern oder Gewalt gegen FreundIn/PartnerIn sind ungenügend von Konflikt und Streit abgegrenzt.
- Häusliche Gewalt von Jugendlichen wird nicht als eine Form von Jugendgewalt definiert.

Kann eine bestehende familiäre Gewaltspirale mit geeigneten Massnahmen nicht unterbunden werden, sind schwere Störungen der psychischen Gesundheit und auch im Bereich der sozialen Anpassung wahrscheinlich. Zudem sind geeignete Bewältigungsstrategien in diesen oft mehrfach belasteten Familiensystemen selten vorhanden und es wird Hilfe von aussen nötig.

In Zusammenarbeit mit der Jugendanwaltschaft Graubünden wurde u.a. vor diesem Hintergrund ein gruppentherapeutisches Konzept für Jugendliche im Alter

von 14 bis 20 Jahren entwickelt, die Verstösse gegen das Gesetz begangen haben, oder durch gewaltintensives Verhalten in verschiedenen Lebensbereichen aufgefallen sind, so auch zu Hause.

Konzept, Ablauf und Methoden

Zuweiser für das 2007 zum ersten Mal durchgeführte «Kompetenztraining für Jugendliche» sind verschiedene Behörden wie Jugendanwaltschaften, Vormundschaftsbehörden, Jugendberatungen der Sozialdienste, Schulen etc., die in der Regel auch die Finanzierung übernehmen. Ausschlussgründe sind akute Suizidalität, schwere Sexualstraftaten, schwere Drogenabhängigkeit und ausgeprägte psychische Störungen. Die Gruppengrösse variiert zwischen 4 und 10 Teilnehmern.

Ziel des Trainings ist es, gewaltbereite Jugendliche mit ihren aggressiven Verhaltensweisen zu konfrontieren. Die Jugendlichen sollen ihre Verhaltensmuster vor und während der Konfliktsituation besser reflektieren lernen und ihre Entscheidungs- und Handlungsmöglichkeiten erweitern. So werden die Teilnehmer für einen konstruktiven Umgang mit ihren alltäglichen Konflikten sensibilisiert. Die Einbettung des Projektes in einen professionellen psychotherapeutischen Behandlungskontext ermöglicht die flexible Nutzung entsprechender Ressourcen wie Diagnostik, Einzeltherapie, Traumabehandlung und vernetzter Nachbetreuung.

Ablauf: Das Training besteht aus sieben Einheiten à 2,5 Stunden sowie einem zweitägigen handlungsorientierten Teil. Zusätzlich finden ein Erst- und ein Abschlussgespräch mit Teilnahme der Eltern statt. Das komplette Training ist in folgende drei Blöcke aufgeteilt:

- **Der erste Block** besteht aus einer Einführung in das Training, unter anderem mit dem Kennenlernen der anderen Teilnehmer, dem Erarbeiten der Ziele und dem Benennen der Situationen, in denen die Teilnehmer sich problematisch verhalten. Zentral ist dabei auch die Konfrontation des Einzelnen mit seinem destruktiven Verhalten. Gemeinsam werden Regeln festgelegt, die für das Erreichen der individuellen Ziele von den Jugendlichen als notwendig erachtet werden, unter anderem das Einhalten der Schweigepflicht oder gegenseitiges Zuhören.



- **Im zweiten Block** finden zwei erlebnistherapeutische Tage statt. Schwerpunkt ist dabei der Aufbau von Motivation zur Teilnahme am Training und von Veränderungsbereitschaft. Zudem wird gezielt das Vertrauen in die Gruppe und den Trainingsleiter gefördert, da dies die Basis für das Lernen von neuen Kooperations- und Kommunikationsstrategien bildet. Dazu werden Rücksichtnahme und Verantwortungsbewusstsein gefördert. Für die Outdoortage werden externe Fachpersonen (Bergführer) beigezogen.
- **Im dritten Block** liegt der Schwerpunkt auf der Erkennung der jeweiligen langfristig negativen Folgen von aggressiven Verhaltensweisen. Auch sollen die Teilnehmer ihre Rechtfertigungen für problematisches Verhalten kritisch reflektieren und aufgeben. Danach werden sozialkompetente Konfliktlösestrategien erarbeitet, d. h. verschiedene mögliche Alternativverhalten entwickelt und eingeübt. Ziele dabei sind: gesteigerte Fähigkeit der Einschätzung eigener und fremder Bedürfnisse, zuhören lernen, bewusstes Wahrnehmen und Einschätzen verschiedener Standpunkte, Rollen, Positionen, Förderung der Kritikfähigkeit und Stärkung der Kommunikationsfähigkeit. Zwischen den Einheiten sollen die Teilnehmer das Gelernte im Alltag anwenden, daher werden jeweils zwischen den Trainingseinheiten konkrete Aufgaben gegeben. In den folgenden Einheiten werden jeweils die Umsetzung im Alltag und dabei entstehende Schwierigkeiten reflektiert.

Methodisch wird im Training vor allem auf verhaltenstherapeutische Basistechniken zurückgegriffen: Zu problematischen Situationen werden verschiedene Verhaltensaspekte erfasst und die kurzfristig positiven, langfristig aber meist negativen Folgen herausgearbeitet. Die jeweiligen Situationen werden nach Schwierigkeitsgrad geordnet und später neue Verhaltensweisen in sehr konfrontativen Rollenspielen mit Videofeedback erprobt und trainiert. Die Rollenspiele werden anschliessend individuell ausgewertet und die daraus gemachten Erfahrungen in Form von Hausaufgaben im Alltag umgesetzt.

Diagnostik und Evaluation

Für die individuellen Zielsetzungen und Auswertungen des Trainings spielen das Erst- und das Abschlussgespräch eine zentrale Rolle: Das Erstgespräch dient dabei der Indikations-Stellung für das Training. Zur Unterstützung der diagnostischen Beurteilung werden, neben dem Studium der jeweiligen Gerichtsakten, die Jugendlichen sowie deren Eltern aufgefordert, eine Fragebogen-batterie auszufüllen. Ziel ist, mit Hilfe der Fragebögen sowohl die Bereitschaft zu aggressiven Verhaltensweisen als auch das aktuelle psychische Befinden der Teilnehmer besser einschätzen zu können und auch die durch das Training erreichten Veränderungen zu erfassen. Die

Fragebögen wurden so ausgewählt, dass sie ein möglichst breites Spektrum von Verhaltensweisen und Persönlichkeitsmerkmalen abdecken. In der Prä- als auch der Postmessung wurden bei allen Teilnehmern folgende Fragebögen verwendet:

- Brief Symptom Inventory BSI,
- Strengths and Difficulties Questionnaire SDQ,
- Fragebogen zur Erfassung von Aggressivitätsfaktoren FAF,
- Freiburger Persönlichkeitsinventar FPI-R.

Nach der letzten Trainingseinheit wird der Post-Messungs-Fragebogen ausgefüllt. Im Abschlussgespräch werden darauf mit den Eltern zusammen die erreichten Trainingsziele besprochen. Bei weiterhin bestehenden Problemen kann, im Rahmen des KJPD und zu Lasten der regulären Leistungserbringer eine weiterführende Therapie angeboten werden.

Wie erwartet, zeigte sich bei der geringen Stichprobe von fünf Teilnehmern weder in der Prä- noch in der Postmessung ein einheitliches Muster. Zum Teil zeigten auch die auf eine Person bezogenen Resultate kaum ein konsistentes Ergebnis, d.h. beispielsweise, dass im einen Fragebogen das Aggressionspotenzial erhöht und im anderen unauffällig war. Die Ergebnisse der Prämessung waren grösstenteils im Durchschnitt, obwohl alle Teilnehmer entweder Verstösse gegen das Gesetz begangen oder gewaltintensives Verhalten in verschiedenen Lebensbereichen gezeigt hatten. Bezüglich der Dimension «Schwierigkeiten im Umgang mit anderen Jugendlichen» zeigten alle fünf Jugendlichen leicht bis deutlich erhöhte Werte, sowohl gemäss ihrer eigenen wie der Einschätzung ihrer Eltern. – Bei der Postmessung zeigte sich jedoch kein einheitliches Muster mehr. Die Unterschiede zwischen der Prä- und Postmessung der einzelnen Teilnehmer waren sehr heterogen und lassen keine globalen Aussagen zu. Für die individuelle Trainingsplanung waren die Ergebnisse jedoch sehr aufschlussreich. Die unterschiedlichen Ergebnisse hängen zum einen wahrscheinlich mit Problemen auf der Ebene des Verständnisses sowie der Lese- und Schreibkompetenz zusammen, da der grösste Teil der bisher evaluierten Jugendlichen fremdsprachig und somit der deutschen Sprache nicht vollends mächtig war.

Vertrauen als Erfolgsbasis

Um Informationen über Emotionen, Erlebnisse und Motive auf direktem Weg über Fragebögen erfassen zu können, müssen die Befragten zudem die Fähigkeit der Introspektion besitzen und zum anderen dazu bereit sein, die erbetenen Informationen zur Verfügung zu stellen. Es ist davon auszugehen, dass diese beiden Voraussetzungen im Kontext der Prämessungen nur bedingt gegeben sind, da die Teilnehmer zu Beginn nicht freiwillig am Projekt teilnehmen. Dies lässt sich möglicherweise

dadurch erklären, dass die Teilnehmer den Therapeuten nach dem Training mehr Vertrauen schenken und somit die Fragebögen offener und ehrlicher beantworteten, was sich in höheren Werten auf den Offenheitsskalen der jeweiligen Fragebögen zeigte.

Für einen erfolgreichen Prozessverlauf braucht es insgesamt viel Vertrauen der Jugendlichen in die Leiter und die Gruppe. Deshalb wird bereits ab der ersten Zusammenkunft Wert auf klare Gruppenregeln und den Gruppenzusammenhalt gelegt. Zu einer guten Gruppendynamik trägt dabei auch der Erlebnisteil im Outback Graubündens bei, der, wenn er gut auf die jeweilige Gruppe zugeschnitten ist, auch eine solide Vertrauensbasis zwischen den Beteiligten ermöglicht.

Die Rolle der Eltern

Zu Erstgespräch und Abschlusseinheiten werden im Rahmen des Kompetenztrainings auch die Eltern oder Bezugspersonen eingeladen. Sie werden informiert, sind an der Festlegung der individuellen Trainingsziele beteiligt und bei Bedarf auch im Trainingsverlauf wieder miteinbezogen. Da die Jugendlichen zu Beginn fremdmotiviert in das Training kommen, steht vor dem eigentlichen Training der Aufbau von Eigenmotivation im Vordergrund, wozu auch der psychoedukative Teil im Beisein der Eltern dient, in dem störungsspezifische Zusammenhänge angesprochen und die Vor- und Nachteile des Trainings erläutert werden. Von allen Parteien wird im Anschluss an dieses Gespräch ein Trainingsvertrag unterschrieben, in dem auch die gemeinsam vereinbarten Regeln festgehalten sind. Auf diese Weise entstehen Vereinbarungen, die eine aktive Mitarbeit der Jugendlichen erfordern.

Konzeptionell stellt diese Einbindung der Eltern in das Training eine grosse Herausforderung dar, da Motivation und zeitliche Ressourcen oft ungenügend vorhanden sind. Dies einerseits, weil in erster Linie ihre Kinder zum Training verpflichtet wurden, teilweise auch, weil sie sich unzutreffende Vorstellungen von einem solchen Training machen. Wenn die Eltern das Training aber für nützlich und sinnvoll erkennen können, stellt dies für ihre Kinder eine Orientierung gebende Haltung dar.

Das Beispiel Martin

Der 15-jährige Martin ist ein selbstunsicherer Junge, der in der Schule als sehr zurückhaltend auffällt und keinen Anschluss zu Gleichaltrigen hat. Seine Mutter hat sich an die Jugendberatung gewendet, weil Martin zu Hause seiner Mutter und seinem jüngeren Bruder gegenüber sehr aggressives Verhalten zeigt und in spannungsbesetzten Situationen immer wieder mit Gewalt reagiert. Wiederholt schlägt er seine Mutter und seinen Bruder in einem Ausmass, das vom Jugendberater als massiv gewaltbesetzt beurteilt wird und worüber sich auch Martin sehr verunsichert.

chert zeigt. Es wird vom Jugendberater auch vorsichtig die Vermutung geäußert, dass Martin langjährigem Mobbing ausgesetzt war. Schliesslich findet mit Martin und seiner Mutter ein Motivationsgespräch bei den Trainingsverantwortlichen im KJPD statt. Mutter und Sohn entschliessen sich nach einer Bedenkfrist dazu, dass die Teilnahme gewagt werden soll. Die Finanzierung wird durch das Sozialamt übernommen.

Martin in der Gruppe: Bereits in der ersten Gruppensitzung wird deutlich, dass Martin im Training eine besondere Rolle einnimmt. Er ist der vorsichtig Zurückhaltende, die anderen vorlaut und vorerst wenig kooperativ. Das Gruppensetting ermöglicht über die offene Konfrontation der individuellen Anmeldungshintergründe eine schnelle Integration von Martin. Er wird in den Peerkontext aufgenommen, dies von Jugendlichen, die in sonst drangsalierten und ausgrenzen. Einige der Jugendlichen übernehmen spontan eine fürsorgliche «Patenrolle» für Martin. Diese Entwicklung ermöglicht es ihm, wichtige Erfahrungen von Selbstwirksamkeit zu machen, die sich deutlich positiv auf seinen Selbstwert auswirken. Martin besucht im weiteren Verlauf die einzelnen Module des Trainings zuverlässig und motiviert. Die konkrete Thematisierung der inadäquaten Konfliktbewältigungsstrategien ist je länger je mehr möglich, bedarf jedoch auch bei ihm grundsätzlich eines direktiven und sehr konfrontativen Vorgehens. Martin begegnet dieser Auseinandersetzung zu Beginn mit Vorsicht und Zurückhaltung. Gegen Ende des Trainings zeigt er aber eine kritischere und reflektiertere Haltung gegenüber seinem eigenen Verhalten. Trotz allem fällt es Martin schwer, sich aktiv am Gruppengeschehen zu beteiligen, und er nimmt deshalb meist eine von den anderen akzeptierte Beobachterrolle ein.

Erste Resultate: Im Alltag gelingt es Martin im schulischen Kontext zunehmend, die in Rollenspielen gelernten Reaktions- und Verhaltensalternativen umzusetzen und er erreicht bei den Peers eine noch nie erlebte soziale Akzeptanz. Die Rückmeldung seiner Mutter beim Abschlussgespräch bestätigt die positive Entwicklung auch im häuslichen Setting: Martin wendet kaum mehr Gewalt an.

Breitenwirkung erwünscht

Die künftige Weiterentwicklung des «Kompetenztrainings» wird auf Rückmeldungen der Zuweiser und eine differenzielle Prozessevaluation gestützt. Geplant ist bereits eine Anpassung des Konzepts auf andere, auch erwachsene Zielgruppen. Im Herbst 2009 ist im Schweizer Fernsehen zudem eine Dokumentationsendung geplant, von der sich die Verantwortlichen eine präventive Breitenwirkung in der Öffentlichkeit erhoffen.

Reto Mischol, Benjamin Krexa, Marion Stalder-Strasser

Bibliografie

Ein Literaturverzeichnis zum Thema kann bei den Autoren angefordert werden.

Die AutorInnen

Lic. phil. Reto Mischol ist Fachpsychologe FSP und leitender Psychologe beim KJPD Graubünden.

Lic. phil. Benjamin Krexa ist Psychologe FSP und Mitarbeiter beim KJPD Graubünden.

Die beiden Autoren sind Trainingsleiter im Projekt «Kompetenztraining für Jugendliche».

Lic. phil. Marion Stalder-Strasser ist derzeit Praktikantin beim KJPD Graubünden.

Anschrift

Lic. phil. Reto Mischol, Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst GR, Ambulante Dienste, Masanserstrasse 14, 7000 Chur.

reto.mischol@kjpd.gr.ch

www.kjpd.gr.ch

Résumé

Reto Mischol et Benjamin Krexa, tous deux psychologues FSP, travaillent au Service psychologique pour enfants et adolescents du canton des Grisons et dirigent depuis 2007 le projet «Entraînement des compétences de la jeunesse». Dans leur article, ils mettent notamment en évidence les rapports du projet avec la violence familiale. Comme l'illustre le «cas Martin», à côté de l'implication la plus forte possible des parents, la création d'une base de confiance solide parmi les participants joue un rôle essentiel. C'est aussi dans ce but que, au cours de la phase d'entraînement, quatre à dix jeunes passent en compagnie de leurs tuteurs-formateurs deux jours au fin fond des Grisons. Les premiers résultats du projet sont très prometteurs, et un film documentaire, qui sera au programme de la Télévision suisse cet automne, doit faire connaître à un plus large public cette démarche de prévention de la violence d'un nouveau genre.