

Die Denkzeit-Methode

Johann Schabert, Caroline Welsch, Sophie Krause und Winnie Plha

Denkzeit Aufbaukurs

17.03. – 21.03.2025

Module des Denkzeit-Manuals

Modul I: soziale Informationsverarbeitung

- A: kognitive Aspekte des Problemlösungsprozesses
- B: interpersonelle Aspekte des Problemlösungsprozesses
- C: Transfer des Problemlösungsprozesses

Modul II: Affekte managen

- Diagnostik
- A: für überwiegend affektiv motivierte Täter/innen
- B: für überwiegend instrumentell motivierte Täter/innen

Modul III: moralisches Denken und Handeln

Das Freie Training (Transfer in den Alltag)

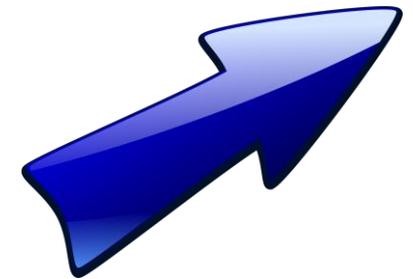




Modul 1: Soziale Informationsverarbeitung

Explizite Ziele des 1. Moduls (Friedmann/Schabert 2017)

- Unübersichtliche und konflikthafte soziale Situationen erkennen und (analog zum Schema von Crick und Dodge) analysieren:
 - Ziele und Hindernisse erkennen
 - möglichst viele verschiedene Handlungsalternativen mit ihren Konsequenzen durchdenken
 - prüfen, ob sie sich umsetzen lassen
- Vermutungen von Gewissheiten unterscheiden
- eigene projektive Neigungen erkennen
- Gründe/Erklärungen für Handlungen Anderer finden/Perspektivenübernahme üben
- das eigene Handeln kritisch betrachten, insbesondere Straftaten durchdenken



Implizite Ziele (Friedmann/Schabert 2017)

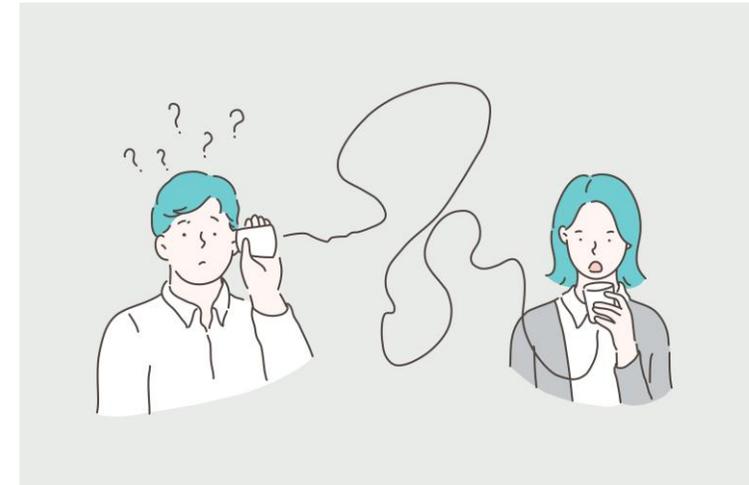
- Aufbau einer stabilen, transparenten Arbeitsbeziehung
- Förderung der emotionalen Bindung an den/die Trainer:in
- Vorbildfunktion anbieten
- Herstellen von Triangularität
- Erkennen negativer Beziehungsentwürfe
- Kennen lernen unterschiedlicher sozialer Rahmen
- Aufzeigen und Besprechen sozialer Anpassung an den/die Trainer:in
- Entwickeln und Vertreten eigener Standpunkte und Urteile



Welche Probleme tauchen regelmäßig auf?

(Friedmann/Schabert 2017)

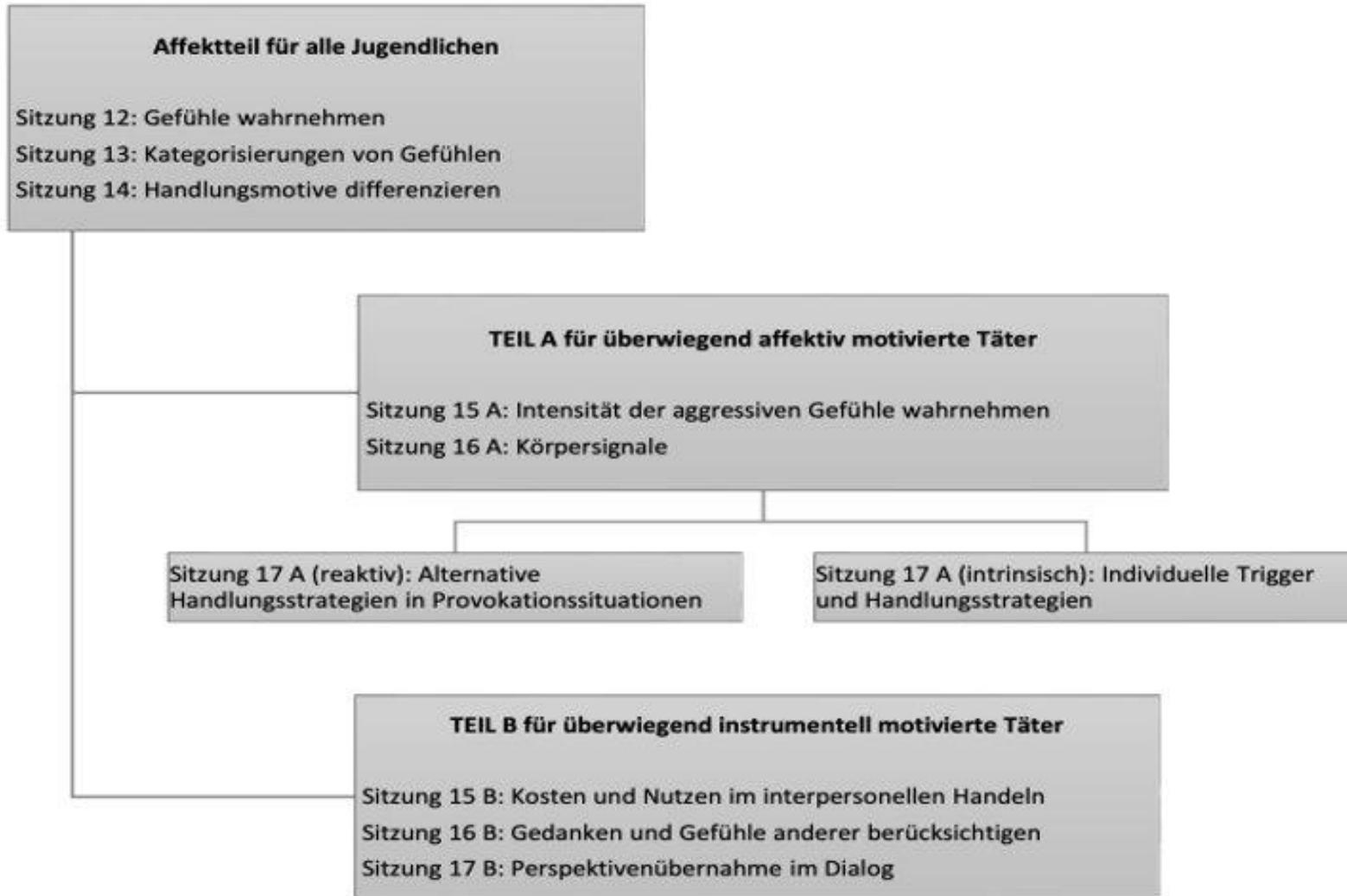
- Testen der Beziehung durch Rahmenbrüche wie:
 - Verspätungen
 - Häufige Absagen
 - Ausdehnen der Sitzungen
 - Private (indiskrete) Fragen
 - und andere Testprobleme
- Mangelnde Mitarbeit
- Dissoziale Lösungen
- „übertriebene“ Gewaltphantasien
- Versuch der „Verkumpelung“





Modul 2: Affekte managen

Aufteilung Modul 2 nach Gewaltmotiven



Explizite Ziele des 2. Moduls (Friedmann/Schabert 2017)

- Affektausdrücke (Anderer) erkennen
- Eigene Affekte differenzierter wahrnehmen
- Gefühle benennen
- Gefühle nach Kategorien und Intensität ordnen
- Eigene Sensibilität für Wutauslöser erkennen
- Körperwahrnehmung mit Gefühlen verknüpfen, um bessere Steuerbarkeit zu erreichen
- eigene Muster im Umgang mit Aggressionen erkennen
- Für instrumentell Motivierte: Kosten/Nutzen abwägen, Perspektivenübernahme üben
- Strategien zur Gewaltvermeidung anwenden



Implizite Ziele des 2. Moduls (Friedmann/Schabert 2017)

- Festigen des erlernten Analyseschemas aus dem 1. Modul
- Über Konsequenzen aggressiver Handlungen nachdenken
- Trainer:in soll die Reaktionsmuster der Klient:innen verstehen, um gezielt daran zu arbeiten
- Vertiefung der Beziehung zum/zur Trainer:in: Vertrauen entwickeln, auch über unangenehme Gefühle sprechen zu können
- Angebot einer Vorbildfunktion



Welche Probleme tauchen regelmäßig auf?

(Friedmann/Schabert 2017)

- Die jungen Menschen schämen sich für ihre Gedanken oder Gefühle
- Ohnmachtsgefühle
- Frustrationen über Situationen im Training und außerhalb
- Allmachtsgefühle
- Zweifel an der Stabilität der Beziehung



Modul 3: Moralisches Urteilen

Explizite Ziele des 3. Moduls (Friedmann/Schabert 2017)

- Sensibilität für den „moralischen Gehalt“ von sozialen Situationen entwickeln
- sich die eigenen Wertvorstellungen und ihre Herkunft bewusst machen
- über moralische Fragen diskutieren
- sich in unterschiedlichen Handlungsrahmen angemessen verhalten
- den Sinn „konventioneller“ Normen erkennen
- die Stufen des moralischen Urteils für eigene Entscheidungen nutzen
- das eigene (delinquente) Handeln moralisch bewerten
- mit moralischen Dilemmata umgehen
- sich mit seinem Ideal auseinandersetzen

Implizite Ziele (Friedmann/Schabert 2017)

- Klare Standpunkte finden und argumentativ vertreten
- Internalisieren eines „guten Erwachsenen“
- Kontextbezogene Anwendung moralischer Prinzipien
- Aushalten von moralischen Dilemmasituationen
- Bewusstsein über Werthierarchien entwickeln
- Entwicklung von autonomer Moral
- Besänftigung eines „sadistischen“ Über-Ichs

Welche Probleme tauchen regelmäßig auf?

(Friedmann/Schabert 2017)

- Kulturell, familiär, milieuspezifisch unterschiedliche Werthierarchien
- Depressive Verstimmungen aufgrund steigender Selbstreflexivität
- Enttäuschung über die Komplexität moralischer Fragen
- Gefahr der Überforderung
- Frustration der Trainer durch langsamen Fortschritt



Modul 4: Freies Training

Ziele des Freien Trainings (Friedmann/Schabert 2017)

- Anwendung und Vertiefung des Erlernten
- Transfer in die Lebensumwelt
- Stärkung des Selbstwirksamkeitserleben
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Entwurf von Zukunftsperspektiven
- Ablösung vom Trainer
- „gute“ Beendigung der Beziehung
- Evtl. Überleitung in andere Hilfeformen



Welche Probleme tauchen regelmäßig auf?

(Friedmann/Schabert 2017)

- Verstärkung der (zunächst verbesserten) „Symptome“
- Chaos im privaten Umfeld
- Angst vor der Beendigung der Beziehung
- Wut über das Gefühl, „noch nicht fertig zu sein“
- Unsicherheit über die Beziehung



KONTAKTE

Institut für Psychodynamisch Interaktionelle Pädagogik e. V.

Vorstandsvorsitzende: Prof. Dr. Rebecca Friedmann & Winnie Plha

Innsbrucker Straße 37

10825 Berlin

info@ipip-berlin.de

www.ipip-berlin.de

IPIP Institut für
Psychodynamisch
Interaktionelle
Pädagogik