

Denkzeit-JVA

**Manual für den Trainer/die Trainerin
Materialien für die Insassen**

7. Auflage
November 2016

Inhaltsverzeichnis

DAS DENKZEIT-MANUAL FÜR DEN/DIE TRAINER/IN	6
1. SITZUNG: DIE VORBEREITUNGSSITZUNG	6
MODUL I SOZIALE INFORMATIONSVERARBEITUNG	8
ABSCHNITT A: KOGNITIVE ASPEKTE DES PROBLEMLÖSUNGSPROZESSES	8
2. SITZUNG: WAS IST EIN PROBLEM?	10
Übung 1: Definition	10
Übung 2: Problembereiche	10
Übung 3: Eigene Probleme	11
Übung 4: Mögliche Ziele.....	11
Übung 5: Mögliche Hindernisse	11
Übung 6: Ziel und Hindernis bei Problemen	12
Übung 7: Eigene Probleme betrachten	12
3. SITZUNG: HANDLUNGSZIELE BILDEN	13
Übung 1: Ziel und Hindernisse erkennen	13
Übung 2: Anwendung des erarbeiteten Teils des Problemlöseprozesses	14
Übung 3: Zielkonflikte	15
Übung 4: Eigene Zielkonflikte.....	15
4. SITZUNG: MITTEL ZUM ZIEL FINDEN	15
Übung 1: Entscheidungen begründen.....	16
Übung 2: Entscheidungsmöglichkeiten erarbeiten	17
Übung 3: Eigene Entscheidungsmöglichkeiten	17
Übung 4: Anwendung des erarbeiteten Teils des Problemlöseprozesses	18
5. SITZUNG: HANDLUNGSFOLGEN BEDENKEN UND EINE ENTSCHEIDUNG TREFFEN	19
Übung 1: Die Folgen des eigenen Handelns bedenken	19
Übung 2: Konsequenzen verschiedener Handlungsmöglichkeiten bedenken	19
Übung 3: Konsequenzen der eigenen Handlungen bedenken.....	20
6. SITZUNG: HANDLUNGSPROGNOSE	21
Übung 1: Problemlösungsprozess anwenden	21
Übung 2: Entscheidungsprozess.....	21
MODUL I SOZIALE INFORMATIONSVERARBEITUNG	23
ABSCHNITT B: INTERPERSONELLE ASPEKTE DES PROBLEMLÖSUNGSPROZESSES	23
7. SITZUNG: PERSPEKTIVENÜBERNAHME	24
Übung 1: Wie viele Menschen sind betroffen?.....	24
Übung 2: Den anderen überzeugen	24
Übung 3: Aus den Augen eines anderen	25
Übung 4: eigene Situationen	25
8. SITZUNG: GEWISSHEIT UND VERMUTUNGEN	26
Übung 1: Wissen und Vermutungen anstellen	26
Übung 2: Vermutungen über eine Situation anstellen	27
Übung 3: Vermutungen über andere anstellen	27
Übung 4: Hilfreiche und nicht hilfreiche Vermutungen	27

Übung 5: Eigene Probleme betrachten	27
9. SITZUNG: HANDLUNGSEKLÄRUNGEN SUCHEN.....	28
Übung 1: Handlungserklärungen suchen	29
Übung 2: Die Hierarchien des Entscheidungsbaums.....	29
Übung 3: Subjektive und empirische Wahrscheinlichkeiten	29
Übung 4: Eigene Irrtümer nachvollziehen.....	30
10. SITZUNG: NEGATIVE ZUSCHREIBUNGEN ERKENNEN	32
Übung 1: Kategorien entdecken.....	33
MODUL I SOZIALE INFORMATIONSVERARBEITUNG	36
ABSCHNITT C: TRANSFER DES PROBLEMLÖSEPROZESSES.....	36
11. SITZUNG: EIGENE PROBLEME LÖSEN	37
Übung 1: Ungelöste Probleme	37
12. SITZUNG: DIE EIGENE STRAFTAT ANALYSIEREN	38
Übung 1: Der Problemlösungsprozess	39
Übung 2: Gedanken zur eigenen Straftat.....	39
Übung 3: Der Problemlösungsprozess und die eigene Straftat	39
MODUL II AFFEKTE MANAGEN	40
GEDANKEN ZUR DIFFERENZIERUNG VON GEWALTMOTIVEN	41
Das instrumentelle Motiv.....	41
Das reaktive Motiv	42
Das intrinsische Motiv	43
GEFÜHLSBILDER ALS KOPIERVORLAGE'	46
AUFBAU DES MODULS MIT INDIKATIVEM ALGORITHMUS	52
13. SITZUNG: GEFÜHLE WAHRNEHMEN	53
Übung 1: Gefühle benennen	53
Übung 2: Gefühle erkennen	53
Übung 3: Gedanken zuordnen	53
14. SITZUNG: KATEGORISIERUNGEN VON GEFÜHLEN	54
Übung 1: Kategorisieren.....	54
Übung 2: Körperwahrnehmungen	54
Übung 3: Körpergefühl und Gewaltausübung.....	54
Körperumriss, männlich	55
Körperumriss, weiblich.....	56
15. SITZUNG: HANDLUNGSMOTIVE DIFFERENZIEREN.....	57
Übung 1: Unterschied zwischen Wut und gewalttätigem Verhalten	57
Übung 2: Beispiele für Wut und gewalttätiges Verhalten.....	57
Übung 3: Gewalt ohne Wut.....	58
Übung 4: vorherrschendes Handlungsmotiv.....	58
Handlungsmotivkarten.....	61
TEIL A: FÜR ÜBERWIEGEND AFFEKTIV MOTIVIERTE TÄTER.....	62
16. SITZUNG (TEIL A): INTENSITÄT DER AGGRESSIVEN GEFÜHLE WAHRNEHMEN.....	63
Übung 1: Aggressive Gefühle sortieren.....	63
Übung 2: Intensität von Aggression	63
Übung 3: Worte für aggressive Gefühle finden.....	63

Übung 4: Fünf Wut auslösende Situationen	63
17. SITZUNG (TEIL A): KÖRPERSIGNALE.....	64
Übung 1: Körpersignale	64
Übung 2: Wutauslösende Situationen	64
Übung 2: Eigene Sensibilität erkennen	65
Übung 3: Auslösereize.....	65
Wutauslösende Situationen, Karten	66
18. SITZUNG (TEIL A, REAKTIV): ALTERNATIVE HANDLUNGSSTRATEGIEN IN PROVOKATIONSSITUATIONEN	67
Übung 1: Alternative Handlungsmöglichkeiten in Wutsituationen	67
Übung 2: Individuelle Strategien.....	68
Übung 3: Handlungsplan	68
Wutregulationskarten	69
18. SITZUNG (TEIL A, INTRINSISCH): INDIVIDUELLE TRIGGER UND HANDLUNGSSTRATEGIEN	71
Übung 1: Alternative Handlungsmöglichkeiten in Wutsituationen	71
Übung 2: Notfall-Selbstregulation.....	72
Übung 3: Eskalationen verstehen	73
TEIL B: FÜR ÜBERWIEGEND INSTRUMENTELL MOTIVIERTE TÄTER.....	74
16. SITZUNG (TEIL B): KOSTEN UND NUTZEN IM INTERPERSONELLEN HANDELN.....	75
Übung 1: Kosten und Nutzen eigener Handlungen	75
Übung 2: Kosten und Nutzen in Beziehungen.....	75
Übung 3: Resonanz in interpersonellen Beziehungen	76
17. SITZUNG (TEIL B): GEDANKEN UND GEFÜHLE ANDERER BERÜCKSICHTIGEN	77
Übung 1: Sich in die Lage anderer versetzen	77
Übung 2: eigene soziale Situationen bewerten	79
KOSTEN-NUTZEN-WAAGE.....	80
18. SITZUNG (TEIL B): PERSPEKTIVENÜBERNAHME IM DIALOG	81
Übung 1: Rollenspiele zum angemessenen Antworten in affektiven Situationen	81
MODUL III MORALISCHES DENKEN UND HANDELN	82
19. SITZUNG: MORALISCHE FRAGEN ERÖRTERN	84
Übung 1: Wertvorstellungen kennen lernen	84
Übung 2: Eine schwere Entscheidung in einem moralischen Dilemma	85
Übung 3: Schwierige moralische Fragen diskutieren	86
20. SITZUNG: STUFEN DER MORALISCHEN ENTWICKLUNG	87
Übung 1: Wie lernt man (moralisch) „richtig“ und „falsch“ unterscheiden?	87
Übung 2: Wen oder was fragt man um Rat?	88
Übung 3: Stufen der Moral verstehen.....	88
Übung 4: Anwendung der Stufen der „Moralleiter“	89
Stufen der Moralentwicklung.....	90
21. SITZUNG: DILEMMATA	91
Übung 1: Definition	91
Übung 2: Was ist schwierig an Dilemmata?	91
Übung 3: Verschiedene Dilemmata	92
22. SITZUNG: KONFLIKTSITUATIONEN	94
Übung 1: Beispiele zum moralischen Handeln	94

23. SITZUNG: HANDLUNGSRAHMEN	97
Übung 1: Situationen, die „aus dem Rahmen fallen“	97
Übung 2: Handlungsrahmen von Situationen	98
Übung 3: Männer und Frauen	98
Übung 4: Die Grenzen des Rahmens	98
24. SITZUNG: DAS EIGENE IDEAL.....	99
Übung 1: Das Ideal-Selbst kennen lernen	100
Übung 2: Wie bin ich?	101
Übung 3: Das Ideal befragen	102
Übung 4: Sich selbst akzeptieren	102
25. SITZUNG: DAS EIGENE HANDELN REFLEKTIEREN.....	103
Übung 1: Wiederholung	103
Übung 2: Die eigene Straftat	103
DAS FREIE TRAINING	104

Das Denkzeit-Manual für den/die Trainer/in

- Grundlagen und Anwendung -



1. Sitzung: die Vorbereitungssitzung

Ziel dieser Sitzung ist es, den Klienten zu motivieren, an dem Training teilzunehmen, ihm zu erklären, worum es inhaltlich gehen wird und ihn auf das Arbeitsbündnis vorzubereiten.

Der Klient, der an dem Programm teilnimmt, ist höchstwahrscheinlich zwiespältig, skeptisch und auch etwas ängstlich, mit dem Denkzeit-Training zu beginnen. Der Denkzeit-Trainer/die Denkzeit-Trainerin sollte sich bewusst sein, dass er/sie zwar einen offenen und vertrauensvollen Dialog anbietet, der Klient sich aber aufgrund des äußeren Drucks distanziert und unter Zwang fühlt. Vermutlich ist er verbal unterlegen und wird durch die Teilnahme an dem Training mit seinen Unsicherheiten konfrontiert.

Im günstigen Falle wird sich diese Skepsis während der Arbeit am Manual vermindern.

Insbesondere in den ersten Sitzungen ist die Haltung des Trainers/der Trainerin besonders wichtig. Wenn Sie sich dem Klient vorstellen, seien sie zugewandt und freundlich, aber kein Freund/Freundin! Sie sind nicht gleichberechtigt i.S. einer Freundschaft. Seien Sie professionell, geduldig und interessiert. Erklären Sie dem Klienten, was von ihm erwartet wird und was er von Ihnen erwarten kann.

Es ist wichtig, dass auch Sie die Sitzungen ernst nehmen. Der Klient wird vielleicht die Erfahrung gemacht haben, dass Erwachsene ihre Vereinbarungen egoistisch und willkürlich treffen. Dann wäre er mit Recht misstrauisch.

Sie sollten pünktlich erscheinen und keine Veränderungen an den Zeiten der Sitzungen vornehmen. Sagen Sie nicht ab, außer wenn dringend Notwendigkeit dazu besteht. Wenn Sie selbst nicht verlässlich sind, können Sie auch keine Verlässlichkeit von dem Klienten erwarten.

Sie sollten sich keinesfalls von ihrer Rolle als Trainer/Trainerin und von den Zielen dieser Sitzung lösen. Gestatten Sie dem Klienten nicht, Sie zum Gegenspieler/zur Gegenspielerin anderer Institutionen (z.B. JVA) oder Personen (z.B. Therapeuten/Therapeutinnen oder Bediensteten) zu machen und mit Ihnen gegen sie eine Koalition zu bilden.

Folgende Themen sollten Sie in der ersten Sitzung besprechen:

- Erklären Sie was das Denkzeit-Training ist, welche Inhalte besprochen werden, wie die Denkaufgaben aussehen und dass es nicht primär um die Aufarbeitung seiner Straftaten geht, sondern um die Veränderung seines Handelns und die Erweiterung seiner Denkmuster.
- Auch wenn der Klient inhaftiert ist, so kann er sich dennoch entscheiden, ob er das Training beginnen möchte oder nicht. Lassen Sie ihm die Wahl. Erklären Sie, dass (wenn er sich für die Teilnahme entscheidet) das Training zweimal wöchentlich stattfindet und eine Mitarbeit erwartet wird.
- Versuchen Sie ihm verständlich zu machen, dass es nicht darum gehen wird, dass Sie ihm vorgeben, was „richtiges Verhalten“ ist, sondern, dass er sich selbst entscheiden muss, welche „Werkzeuge“ aus dem Denkzeit-Training er in seinem Alltag anwenden möchte.
- Machen Sie dem Klienten klar, dass er niemals unter Alkohol- oder Drogeneinfluss zu den Sitzungen erscheinen darf, weil er sich konzentrieren können muss und das dann nicht ausreichend möglich wäre.
- Sprechen Sie seine mutmaßliche Ambivalenz an und betonen Sie, dass sie gemeinsam feststellen könnten, welchen Nutzen er aus dem Training ziehen kann. Vielleicht kommt er zunächst nur in das Training, weil er sich langweilt oder es eine willkommene Abwechslung zu seinem Alltag in der Zelle ist. Unabhängig von der Motivation, bleibt es dem Klienten überlassen, ob er seine Einstellung ändern möchte oder nicht.
- Zeigen Sie ihm auf, dass er das Denkzeit-Training als realistische Chance verstehen kann um das Ziel zu erreichen, andere Handlungsmöglichkeiten zu erlernen, zu lernen kurz innehalten und sich selbst besser einschätzen zu lernen.
- Sagen Sie dem Klienten, dass Sie seine Akte lesen möchten, bevor das Training beginnt und vermitteln Sie ihm, dass es im Denkzeit-Training nicht um die „Aufarbeitung“ der Straftat geht und er selbst entscheiden kann, wie ausführlich er mit Ihnen in den Sitzungen über seine Straftaten sprechen will. Weisen Sie aber auch auf die Sitzung hin, in der die Straftat als schwierigstes Problem durchdacht werden wird.
- Sichern Sie dem Klienten Vertraulichkeit/Verschwiegenheit zu. Teilen Sie ihm aber auch mit, dass es Ausnahmesituationen gibt, in denen Vertraulichkeit und das Schweigegebot gebrochen werden kann, z.B. wenn er davon berichtet, sich an sehr schweren Gewaltdelikten beteiligen zu wollen.
- Teilen Sie ihm die Termine mit und versuchen Sie seine Interessen (Sport, Arbeit, Freistunde etc.) zu berücksichtigen.
- Sagen Sie dem Klienten, dass es zum Training gehört, dass es nach jedem Modul ein gemeinsames Gespräch mit den internen Pädagogen/Pädagoginnen/Bediensteten gibt. Was der Klient dort aus dem Training berichtet, bleibt allerdings ihm überlassen.
- Fragen Sie den Klienten nach seinem Lebensumfeld außerhalb des Strafvollzugs und seinem Leben in der JVA. Lassen Sie sich die familiäre Situation schildern und seine wichtigsten Freunde nennen. Außerdem können Sie nach seiner Ausbildung, seinen Hobbys etc. fragen, um sich ein Bild von ihm zu machen.
- Beenden Sie die Sitzung mit der Frage, ob irgendetwas offen oder unklar geblieben sei. Bedanken Sie sich bei dem Klienten für seine Kooperation und erinnern Sie ihn an den Tag und die Zeit des nächsten Termins. Geben Sie dem Klienten zu verstehen, dass Sie sich auf das nächste Mal freuen.

Modul I
soziale Informationsverarbeitung
Abschnitt A: kognitive Aspekte des Problemlösungsprozesses



Der Problemlösungsprozess

Erkennen, dass man ein Problem hat



Entscheiden, was das **Ziel** ist

(Was will ich?)



Die **Hindernisse** für das Ziel erkennen

(Was steht dem entgegen?)



Über **verschiedene Möglichkeiten** für eine Entscheidung nachdenken

(Was könnte ich alles tun?)



Über die **Konsequenzen** der Entscheidungsmöglichkeit für sich und andere nachdenken

(Was passiert, wenn ich das tue?)



Eine **Entscheidung treffen**, nachdem die jeweiligen Konsequenzen bedacht wurden

(Das werde ich tun!)



Einschätzen, wie die Handlung konkret ablaufen wird
und erneut prüfen, ob die beste Entscheidung gewählt wurde

(Wie wird meine Handlung ablaufen?)

Achtung: Wurde die Situation richtig interpretiert, oder könnte mein Gegenüber auch ganz andere Absichten verfolgen?!

2. Sitzung: Was ist ein Problem?

Das Ziel dieser Sitzung besteht darin, dem Klienten verständlich zu machen, was ein Problem ist und wie man es analysieren kann.

Der Klient soll erkennen, dass alle Menschen Probleme haben und dass es Probleme sehr unterschiedlicher Art gibt. Er soll eigene Probleme entdecken und sie in ihre Bestandteile zerlegen.

Der Begriff „Problem“ ist ein modisches Wort geworden; wir bezeichnen im Alltag sehr unterschiedliche Formen persönlicher Belastung oder Herausforderung als ein „Problem“: Seelische oder körperliche Erkrankungen, ökonomische oder soziale Einschränkungen (z.B. durch Arbeitslosigkeit) und Entscheidungsschwierigkeiten in konflikthaften Situationen. Im Rahmen des Denkzeit-Trainings wollen wir vor allem Entscheidungsprobleme bearbeiten. Damit sind zum einen innere Konflikte gemeint, in denen sich der Klient zwischen unterschiedlichen, oft unvereinbaren Einstellungen oder Handlungen entscheiden muss. Letzten Endes handelt es sich hierbei um Zielkonflikte. Die zweite Gruppe von Problemen umfasst solche Situationen, in denen der Klient sich zwar über sein Ziel im Klaren ist, er aber auf Hindernisse stößt, die ihn ratlos machen oder sich zwischen unterschiedlichen (möglicherweise legalen und illegalen) Mitteln zur Erreichung seines Ziels entscheiden muss. Alle diese Situationen wirken auf den Klienten oft sehr unübersichtlich, er fühlt sich in ihnen unwohl und glaubt sich vielleicht von äußeren Problemen verfolgt. Außerdem hat er nie gelernt, wie man über Probleme strukturiert nachdenken kann, und daher fehlen ihm die Problemlösekompetenzen.

Wir unterteilen die Probleme in dieser Sitzung zunächst in Ziele und Hindernisse, um dem Klienten zu verdeutlichen, was er erreichen möchte (Ziel) und was dem entgegensteht (Hindernis).

Es kommt vor, dass Klient in den Übungen antisoziale Ziele angeben. Sie sollen darauf an dieser Stelle nicht eingehen, sondern mit ihm konsequent an seinen Zielen und Hindernissen arbeiten. Nehmen Sie sich Zeit, den Klienten wirklich zu verstehen und ihm das zu signalisieren, ohne zu moralisieren. Im Verlauf des Trainings werden Sie ausreichend Möglichkeiten haben, die Konsequenzen seines Handelns und seine Wertvorstellungen zu diskutieren.

Übung 1: Definition

Erklären Sie dem Klienten kurz was man unter dem Begriff „Problem“ versteht. Ermutigen Sie ihn, eine **eigene Definition** zu finden. Machen Sie ihm ggf. Vorschläge, die sich an die obige Definition anlehnen.

Übung 2: Problembereiche

Beginnen Sie, indem Sie mit dem Klienten **die unten stehenden Problembereiche durchgehen und ihn dazu jeweils fragen, welche Probleme man damit haben könnte**. Helfen Sie ihm, möglichst viele aufzulisten und die Problembereiche zu erweitern. Nutzen Sie dazu die Antworten aus den vorherigen Problembereichen.

Zeigen Sie sich an seinen Antworten interessiert, und halten Sie ihn dazu an, seine Perspektive zu erläutern. Dem Klienten sollte deutlich werden, dass Ihnen seine Gedanken und Ansichten wichtig sind. Ihre Haltung wird ihm helfen, über die Sichtweise anderer Menschen nachdenken zu wollen.

Hier ist eine Liste, die Ihnen bei der Arbeit behilflich sein kann:

Probleme mit

- Geld
- Lesen und Schreiben
- den Eltern
- der Entlassung
- Freunden
- der Freundin
- mit anderen Insassen
- mit dem Tagesablauf
- mit Mitarbeitern der JVA
- mit Langeweile
- in der Ausbildung/Schule

Übung 3: Eigene Probleme

Bitten Sie den Klienten, **eigene Probleme** zu nennen, die er aus seinem Alltag kennt. Er soll mindestens drei Probleme nennen, die **erfolgreich gelöst** wurden und mindestens drei, die **nicht erfolgreich gelöst** wurden. Der Klient sollte hier keine Straftaten benennen, da diese an anderer Stelle diskutiert werden sollen. Eventuell wird er versuchen, sozial angepasst zu reagieren und vermutet möglicherweise, dass Sie von ihm erwarten, dass er seine Straftaten „eingesteht“. Das ist in dieser Übung ausdrücklich nicht das Ziel.

Notieren Sie sich die Antworten. Im Rahmen des ersten Moduls werden Sie immer wieder darauf zurückkommen.

Übung 4: Mögliche Ziele

In den folgenden Sätzen ist das Ziel der Handlung jeweils unklar. Fragen Sie den Klienten, welches **Ziel** die handelnden Personen verfolgen könnten und welche weiteren, denkbaren Ziele die Personen in diesen Beispielen haben könnten.

Erklären Sie, dass erst die Absicht die Handlung erklärt und dass wir meist Vermutungen anstellen müssen, weil wir oft nicht wissen, welche Absichten ein anderer Mensch verfolgt. Ermuntern Sie den Klienten, möglichst viele sehr verschiedene Ziele (und damit verschiedene Szenen) zu (er)finden.

- Sandro hält eine Flasche Bier in der Hand.
- Kevin hat ein Messer in der Hand.
- Anton randaliert in seiner Zelle.
- Pascale wirft einen Stein.
- Lennard rennt plötzlich los.
- Klaus läuft ohne ein Wort aus dem Raum.

Übung 5: Mögliche Hindernisse

In dieser Übung soll sich der Klient ein **Hindernis für jede Situation überlegen**. Seien Sie dem Klienten dabei behilflich, so viele Hindernisse wie möglich für jede Situation zu finden. Der Klient soll sich bewusst Zeit lassen, seine Vorstellungskraft nutzen und nicht impulsiv von einer Situation zur nächsten hasten.

- Felix möchte eine Ausbildung machen.
- Deniz möchte nicht mehr kiffen.
- Der 15-jährige Timor möchte mit einem Motorroller fahren.
- Oliver möchte, dass ihn seine Schwester im Knast besucht.
- Hassan möchte wie seine Freunde Schweinefleisch essen.
- Martin möchte vorzeitig entlassen werden.
- Christian möchte sich mit einem anderen Insassen vertragen.

Übung 6: Ziel und Hindernis bei Problemen

Fragen Sie den Klienten bei jedem der folgenden Probleme nach **Ziel und Hindernis**. Es können auch andere Beispiele benutzt werden, die dem Erfahrungshintergrund des Klienten entsprechen. Ermutigen Sie den Klienten und loben Sie ihn!

- Max möchte Fußball spielen, doch die anderen Insassen, wollen lieber Basketball spielen.
- Cünet ist mit dem Essen unzufrieden und möchte sich darüber beschweren, aber er weiß nicht, an wen er sich wenden könnte.
- Marcel möchte es endlich schaffen, nicht immer auszurasen, wenn ihn jemand provoziert, kann aber seine Wut nicht kontrollieren.
- Tim möchte Daniel etwas sagen, aber der antwortet nicht, dreht sich um und geht.
- Volker will draußen nicht mehr straffällig werden, hat aber nur Freunde, die versuchen werden, ihn anzustiften, wenn er wieder da ist.

Übung 7: Eigene Probleme betrachten

Fragen Sie den Klienten, welches Ziel und welches Hindernis er bei den **von ihm genannten Problemen** erkennt.

Denkaufgabe: Der Klient hat die Aufgabe, sich zu überlegen, wann er in einer Situation ein Ziel und ein Hindernis erkannt hat.

3. Sitzung: Handlungsziele bilden

In der Theorie intentionalen Handelns unterscheiden wir zwei Probleme, die jeder handelnde Mensch immer wieder zu bewältigen hat: Das „praktische“ Problem, das die Frage betrifft, welches Ziel wir erreichen wollen, und das „technische“ Problem, bei dem es darum geht, ein geeignetes und akzeptables Mittel zur Erreichung des Ziels auszuwählen.

Ziel dieser Sitzung ist es zunächst, sich der eigenen Ziele - und Zielkonflikte - bewusst zu werden und Hindernisse auf dem Weg zum Ziel zu erkennen und benennen zu können. Diese Gliederung eines unübersichtlichen Problems in Ziel und Hindernis soll dem Klienten helfen, auch innerlich für eine Strukturierung zu sorgen. Er soll dann verstehen, dass es oft schwierig ist, sich zwischen unterschiedlichen Zielen zu entscheiden.

Obgleich das „praktische“ Problem des Handelns, also die Frage des Umganges mit Zielkonflikten sehr stark mit der Frage nach der moralischen Bewertung des Handelns verknüpft ist, soll das Thema des moralischen Urteils in diesem Teil des Manuals noch im Hintergrund bleiben. Ihm wird das dritte Modul ausführlich gewidmet sein.

In dieser Sitzung wird mit Beispielen gearbeitet, in denen es um dritte Personen geht. Der Klient wird sich mit diesen Personen mehr oder weniger stark identifizieren. Sollte die Identifizierung zu stark werden, wird die Zielsuche möglicherweise wenig flexibel ausfallen. Deshalb kann es in diesem Falle sinnvoll sein, ihn darauf hinzuweisen, dass es nicht um ihn, sondern um eine dritte, fremde Person geht, die vielleicht ganz anders denkt als er. So wird ihm die Möglichkeit gegeben, sich innerlich weit genug zu distanzieren, so dass er ruhig mitarbeiten kann. Außerdem kann der Klient auch hier wieder die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme üben.

An dieser Stelle ist es nicht bedeutend, ob die vom Klienten gewählten Ziele eher sozial angemessen oder eher antisozial sind.

In der Übung 2 geht es um Zielkonflikte. Obwohl erst im dritten Modul des Manuals intensiv über Dilemmata gearbeitet wird, tauchen sie an dieser Stelle schon einmal auf. In dieser Sitzung soll lediglich die Tatsache Berücksichtigung finden, dass Klienten häufig zwei sich widersprechende Ziele verfolgen. In diesem Zusammenhang kann es sehr sinnvoll sein, sich als Trainer/in in seinen/ihren eigenen Wertvorstellungen zu zeigen, wenn der Klient ein soziales und ein dissoziales Ziel vor Augen hat. Keinesfalls jedoch sollten Sie moralisieren oder von Ihrer professionellen Haltung abweichen¹.

Übung 1: Ziel und Hindernisse erkennen

Geben Sie dem Klienten anhand der Beispiele die Gelegenheit, das **Ziel und die genannten Hindernisse des Problems** zu erkennen.

Karls Tante hat ein Restaurant eröffnet, in dem Karl arbeiten könnte, wenn er in zwei Monaten vorzeitig entlassen wird. Karl braucht diesen Job unbedingt damit seinem Antrag stattgegeben wird. Im Restaurant arbeitet aber auch Karls Onkel, der ihn früher oft zu Diebstählen angestiftet hat.

Michi möchte zum Kraftsport gehen. Andere Insassen haben erzählt, dass sie so ihre Wut und den Frust rauslassen können - das täte Michi auch gut, außerdem würde er gern muskulöser werden. Michi hat aber noch nie Sport gemacht und fürchtet, dass er sich vor den anderen blamiert.

¹ Der Trainer/die Trainerin sollte immer wieder seine/ihre Haltung überprüfen. Weder hier noch an anderer Stelle ist dem Jugendlichen damit gedient, wenn der Trainer/die Trainerin Verbrüderungsversuche unternimmt (z.B.: „Ich kenne das, ich habe ja auch mal gestohlen.“) oder die Handlungen des Jugendlichen verharmlost (z.B.: „Das macht ja jeder mal.“).

Tom hat früher viel geschwänzt und ist deshalb, kurz bevor er inhaftiert wurde, ohne Abschluss von der Schule abgegangen. Er lässt sich noch immer leicht ablenken und ist häufig unkonzentriert. Jetzt will er sein Leben ändern und glaubt draußen bessere Chancen zu haben, wenn er einen Abschluss hat.

Übung 2: Anwendung des erarbeiteten Teils des Problemlöseprozesses

Der Sinn dieser Übung besteht darin, im eigenen (und fremden) Handeln Ziele und Zielkonflikte identifizieren zu lernen. Dabei ist es hilfreich, zwischen Zielen und Hindernissen zu unterscheiden. In dieser Übung soll der Klient das Gelernte anwenden: Er soll noch einmal den **Problemlöseprozess durchgehen**, also

a. **Ziele benennen**

b. **Hindernisse** auf dem Weg zum Ziel **identifizieren** und dabei (im zweiten Beispiel) wichtige von unwichtigen Informationen unterscheiden

Geben Sie dem Klienten die Möglichkeit, innezuhalten und nachzudenken.

Wenn die Texte zu lang sein sollten, können Sie diese in einzelnen Absätzen durchgehen. Häufig glauben die Klienten, solche langen und schwierigen Texte nicht verstehen zu können, aber es hat sich gezeigt, dass sie sich häufig selbst unterschätzen. Halten Sie die Aufgabenstellung kurz und beginnen Sie zügig, so dass sich keine große Angst vor den Texten aufbaut.

Christoph ist seit sechs Monaten in der JVA. In Christophs Abteilung haben zwei Insassen eine Playstation. Er und Ralph. Ralph ist schon seit drei Jahren da und muss noch ein halbes Jahr absitzen. Ralph wird von den anderen Insassen respektiert, ist aber eher ein Einzelgänger, der keine Freundschaften schließen will.

Christoph hat Ralph ein Spiel ausgeliehen, doch der will es ihm nicht zurückgeben, obwohl Christoph schon mehrfach darum gebeten hat. Wenn Christoph zu den Bediensteten geht und sie bittet, Ralph zu überzeugen das Spiel zurückzugeben, könnte er vor den anderen schnell als „Petze“ gelten. Ralph zu bedrohen hat aber auch keinen Zweck, weil der ihm körperlich und verbal überlegen ist.

Mark ist fast 18 Jahre alt und darf sich keine weiteren Straftaten mehr leisten. Er wurde bereits zweimal wegen Diebstahls und Raubes angezeigt. Er erhielt die Warnung, dass er bei einer weiteren strafrechtlichen Verurteilung in Abhängigkeit der Schwere der Straftat und /oder möglicher Einschätzung von Vorhandensein schädlicher Neigungen mit einer empfindlichen jugendstrafrechtlichen Verurteilung zu rechnen habe, die bis zu einer Inhaftierung reichen kann. Außerdem wäre offen, ob er überhaupt noch nach dem Jugendstrafrecht verurteilt werden würde. Er will auf keinen Fall ins Gefängnis kommen. Seine zwei Freunde und er verabreden sich, ins Bowlingcenter zu gehen. Normalerweise treffen sie dort eine Gruppe von Mädchen und Jungen aus der Nachbarschaft. Der Abend ist sehr nett und Marks Team gewinnt. Mark ist in einer richtig guten Stimmung. Er ist der letzte, der sich die Schuhe anzieht. Alle anderen sind schon in der Bar und bestellen Getränke.

Auf dem Weg nach draußen sieht Mark eine Tasche. Er hebt sie auf und entdeckt darin ein Portemonnaie. Es sind 80 Euro in Zwanzig-Euro-Scheinen darin. Mark verspürt eine große Versuchung, das Geld zu nehmen.

Er erinnert sich, dass in der letzten Woche ein Mädchen, das er und seine Freunde kennen, beim Verlassen des Centers von einem Sicherheitstypen angehalten wurde, weil es in Verdacht stand, eine Tasche gestohlen zu haben. Dennoch glaubt Mark, dass ihm das nicht passieren würde. Dann erinnert er sich, dass er nur noch eine Chance hat. Wenn man ihn erwischt, müsste er vor Gericht. Er weiß nicht, was er machen soll.

Übung 3: Zielkonflikte

In den folgenden Beispielen sind Zielkonflikte beschrieben. Der Klient soll die **unterschiedlichen Ziele benennen**. Er soll versuchen, sich jeweils in die Situation hineinzusetzen und **Argumente** für die verschiedenen Ziele zu **finden**. Suchen Sie die passendsten Beispiele für die Arbeit heraus.

Recep hat früher oft Drogen in den Knast geschmuggelt und dann verkauft. Jetzt will er damit aufhören, weil er Angst hat erwischt zu werden, aber die anderen Insassen setzen ihn stark unter Druck und drohen ihm sogar Prügel an, wenn er die Drogen nicht besorgt. Bisher hat er sich mit allen gut verstanden und will eigentlich sein Ansehen bei den anderen Insassen nicht verlieren.

Tim hatte in der Werkstatt, in der er arbeitet, Streit mit dem Ausbilder. Am liebsten würde er ihm mal richtig die Meinung sagen, aber er weiß auch, dass er sofort von der Ausbildung ausgeschlossen werden würde, wenn er sich mit dem Ausbilder anlegt, weil er schon öfter seine Meinung lautstark vertreten hatte und dafür bereits verwarnt worden war.

Pia findet Discos klasse. Ihr Freund möchte aber nicht, dass Pia in Discos geht solange er inhaftiert ist, weil er so gar keine Kontrolle über sie hat. Er hat Angst, dass sie mit anderen Jungs flirten würde. Die beiden streiten ständig darüber. Pia ist zwar genervt von dem Streit, liebt ihren Freund aber sehr.

Ronny kommt neu in den Knast. Dort begegnet er -zu seinem Schreck- Patrick, der ihm vor einem Jahr die Freundin ausgespannt hatte. Ronny wollte ihn draußen dafür eigentlich zur Rechenschaft ziehen und hat sich oft vorgestellt, wie er ihn zusammenschlägt, doch Patrick ist kurze Zeit später inhaftiert worden, so dass Ronny ihn nicht erwischen konnte. Ronnys Wut ist riesig, als er Patrick sieht, aber er weiß auch, dass es für ihn sehr negative Folgen hätte, wenn er ihn schlägt und eigentlich wollte er ja auch aufhören sich ständig zu schlagen.

Übung 4: Eigene Zielkonflikte

Der Klient soll **eigene Zielkonflikte** nennen und erklären, warum er sich so verhalten hat, wie er sich verhalten hat.

Er wird vielleicht Schwierigkeiten haben, eigene Beispiele zu finden. Ermutigen Sie ihn, indem Sie ihm Beispiele vorgeben und fragen, ob er etwas Ähnliches erlebt hat und erklären Sie, dass jeder Mensch solche Konflikte kennt, in denen man sich nicht gleich entscheiden kann, was ‚richtig‘ und was ‚falsch‘ ist.

Hier eine Liste für den/die Trainer/in, um dem Klienten zu helfen, eigene Zielkonflikte zu benennen:

- er hat jemandem etwas versprochen, aber er wollte seine Pläne doch ändern
- er war hin und her gerissen zwischen zwei Entscheidungen
- er musste sich zwischen zwei Personen entscheiden
- er wollte zwei Sachen gleich gerne tun
- er wollte etwas tun (oder nicht tun), wusste aber, dass seine Freunde das uncool (oder cool) fänden

Denkaufgabe: Der Klient soll beim nächsten Mal eine schwierige Situation schildern, in der er einen Zielkonflikt wahrnahm.

4. Sitzung: Mittel zum Ziel finden

Während die vorige Sitzung den „praktischen“ Aspekt des Handelns, also die Auswahl richtiger Ziele zum Thema hatte, ist es das Ziel dieser Sitzung über den „technischen“ Aspekt, dem Klienten zu zeigen, dass es sehr häufig mehrere Wege gibt, ein Ziel, das man sich gesetzt hat, zu erreichen. Der Klient soll lernen, unterschiedliche Mittel (also Wege zum Ziel) zu finden und geeignete von ungeeigneten zu unterscheiden. Er soll ermutigt werden, auch in schwierigen Situationen kurz innezuhalten, nachzudenken und das für ihn beste Mittel zum Ziel zu finden.

Zahlreiche Klienten glauben, dass ihnen zur Erreichung eines Ziels auch nur ein einziges Mittel zur Verfügung steht. Deswegen fällt es ihnen nicht leicht, sich unterschiedliche Wege zu einem Ziel auszudenken. Oft sind sie überrascht, wenn sie einen Weg entdecken, den sie zuvor nicht gesehen haben. Außerdem kommt es häufig vor, dass sie manchen Weg nicht sinnvoll finden, der sich bei genauerer Betrachtung doch als zweckmäßig erweist. Versuchen Sie, mit dem Klienten auf spielerische Weise mit den Beispielsituationen umzugehen. Dabei könnte es hilfreich sein, die Beispiele weg von dem Klienten hin zu einer dritten Person zu rücken.

Übung 1: Entscheidungen begründen

Die folgenden Situationen sind so geschildert, dass der Protagonist in der Geschichte entschieden ist, ein bestimmtes Ziel erreichen zu wollen, aber die Wege zum Ziel sind nur unklar. Der Klient soll

- aus den verschiedenen beschriebenen Möglichkeiten diejenige **auswählen**, welche ihm am **geeignetsten** erscheint.
- Er soll seine **Auffassung begründen** und sagen, **warum** er die **nicht gewählten** Vorschläge für **weniger geeignet** hält.
- Anschließend geben Sie ihm jeweils die „**neue Information**“ und bitten ihn, seine **Wahl zu überdenken**.

Helfen Sie dem Klienten zu verstehen, dass die Entscheidungen, die wir treffen, maßgeblich davon abhängen, welche Informationen wir über eine Situation haben. Neue Informationen können zu anderen Entscheidungen führen. Versuchen Sie zu zeigen, warum das Innehalten und Nachdenken so wichtig ist.

Carsten kommt in der Freistunde auf Hans zu, ärgert ihn und rempelt ihn absichtlich an. Der spürt, wie er wütend wird und möchte irgendwas tun, um sich zu wehren. Sollte er ...

- ... ihn ignorieren?
- ... den Bediensteten aufsuchen und erzählen, was passiert ist?
- ... Carsten 'Idiot' nennen (oder sonst wie beschimpfen)?
- ... ihn zurückschubsen oder schlagen?

Neue Information: Die Mutter und der Vater von Carsten sind vor zwei Tagen bei einem Autounfall ums Leben gekommen.

Sebastian wird Zeuge, wie ein ausländischer Zigarettenverkäufer von zwei Klienten geschlagen wird. Er möchte sich am liebsten heraushalten, weil er wegen Schlägereien schon öfter Ärger hatte. Wie sollte er reagieren? Er sollte...

- ... vorbei laufen und so tun, als ob er nichts gesehen hätte?
- ... die Polizei rufen?
- ... hin gehen und mit den beiden Klienten reden?
- ... Passanten auf die Schlägerei aufmerksam machen?

Neue Information: Der Zigarettenverkäufer hat zuvor einen Freund der beiden Klienten niedergeschossen.

Übung 2: Entscheidungsmöglichkeiten erarbeiten

Ermutigen Sie den Klienten, **möglichst viele verschiedene Möglichkeiten** zu finden. Es ist dabei nicht wichtig, dass diese Möglichkeiten tatsächlich umsetzbar wären. Es kommt bei dieser Übung also darauf an, die Phantasie des Klienten anzuregen.

Daniel muss um 10 Uhr an einem Gespräch im Jugendamt teilnehmen. Er ist zwar pünktlich auf dem S-Bahnhof, erfährt jedoch, dass die S-Bahn Verspätung hat. Wenn er wartet, wird er vielleicht noch pünktlich kommen, vielleicht aber auch viel zu spät. Er weiß nicht, ob er auf die verspätete S-Bahn warten oder einen anderen Weg finden sollte, zu dem Gespräch zu kommen. Was sind seine Möglichkeiten?

Ricky hat einen neuen Ausbildungsplatz gefunden. Am nächsten Morgen soll er in dem Betrieb anfangen. Er muss pünktlich um 06:30 Uhr dort sein. Abends feiert sein bester Freund in seinen Geburtstag rein. Es sind auch viele seiner Freunde eingeladen und Ricky weiß, dass die Stimmung oft sehr ausgelassen ist und viel getrunken wird, wenn sie zusammen kommen. Eigentlich macht ihm das großen Spaß, aber er will am nächsten Morgen auch pünktlich und fit an seinem neuen Ausbildungsplatz sein. Was sind seine Möglichkeiten?

Übung 3: Eigene Entscheidungsmöglichkeiten

Fragen Sie den Klienten, was **seine Entscheidungsmöglichkeiten** in den folgenden Situationen wären. Wenn der Klient seine Entscheidungsmöglichkeiten zusammengetragen hat, fragen Sie ihn, **wie er sich** in jedem Fall **entscheiden würde und warum**.

- Sie laufen mit einigen Freunden die Straße entlang und sehen ein geparktes Auto mit einem offenen Fenster. Ihre Freunde wollen das Auto klauen, aber Sie sind dagegen.
- Sie müssen eine Prüfung ablegen, haben aber nicht richtig dafür gelernt.
- Sie stellen sich für Ihr Mittagessen an, und zwei Jungen/Mädchen drängeln sich vor. Sie ärgern sich sehr und wollen irgendwas tun, um Ihren Ärger loszuwerden.
- Sie haben Geburtstag und möchte dafür eine Torte bestellen. Leider haben Sie dafür nicht genug Geld.
- Sie sind mit zwei Freunden auf dem Weg ins Kino. Sie sagen Ihnen, dass sie nicht genug Geld mithaben.
- Ihre Schwester möchte mit einem Mann zusammen sein, den Sie nicht leiden können.

Übung 4: Anwendung des erarbeiteten Teils des Problemlöseprozesses

Gehen Sie den bisher erarbeiteten **Problemlöseprozess** an dem Beispiel durch. Ermutigen Sie den Klienten, **so viele Entscheidungsmöglichkeiten wie möglich** zu finden. Versichern Sie sich, dass das **Ziel** und die **Hindernisse** in jeder Situation klar sind. Fragen sie den Klienten zum Schluss, wie er sich verhalten würde.

Ingo hat sich entschlossen, nicht mehr zu kiffen. Er ist jetzt 15 und raucht seit seinem 13. Lebensjahr jeden Tag Marihuana. Er raucht sogar schon vor der Schule. Manchmal, wenn er bekifft ist, schwänzt er die Schule. Bevor er mit dem Rauchen begann, war in der Schule alles in Ordnung, aber seither haben sich seine Leistungen rapide verschlechtert. Er vergisst auch immer wieder wichtige Dinge. Ingo glaubt, dass das am Marihuana liege, und würde wirklich gerne aufhören.

Einige Freunde kommen zu ihm nach Hause. Seine Eltern sind nicht da. Die Freunde wissen, dass Ingo eigentlich aufhören will, und dennoch versuchen sie, ihn zu einem Joint zu überreden. Sie sagen, dass Marihuana total harmlos sei und Ingos Schwierigkeiten mit seinem Erinnerungsvermögen nichts damit zu tun hätten. Sie machen sich über Ingo lustig, weil er um seine Zensuren besorgt ist, und eine Freundin sagt, dass man keine guten Zensuren bräuchte, um einen guten Job zu bekommen.

Ingo weiß nicht, was er tun soll. Er möchte mit dem Kiffen aufhören, hat aber Angst, seine Freunde zu verlieren, wenn er nicht gemeinsam mit ihnen raucht.

Denkaufgabe: Der Klient soll bis zur nächsten Sitzung über selbst erlebte Situationen nachdenken, jeweils die Entscheidungsmöglichkeiten bedenken und erklären, wie er zu der jeweiligen Entscheidung kam.

5. Sitzung: Handlungsfolgen bedenken und eine Entscheidung treffen

Der Klient soll in dieser Sitzung lernen, sich der Folgen seines Handelns für sich selbst und andere bewusst zu werden. Außerdem soll ihm klar werden, warum es notwendig ist, über die Konsequenzen nachzudenken, bevor er handelt. Der Klient wird schon wissen, dass jedes Handeln Folgen nach sich zieht; aber er ist vielleicht zu wenig geübt darin, die Konsequenzen des eigenen Handelns im Voraus zu bedenken. Außerdem ist ihm möglicherweise nicht ganz klar, dass auch Nichtstun sehr folgenreich sein kann.

Vielleicht fällt es dem Klienten zunächst leichter darüber nachzudenken, welche Auswirkungen sein Verhalten auf seine Eltern und andere Menschen, die ihm nahe stehen, hat. Sollte es dem Klienten schwer fallen, sich weitere Menschen vorzustellen, die von seinem Verhalten betroffen sein könnten, verwenden Sie die Namensliste, die der Klient am Beginn des Trainings für die für ihn wichtigen Personen erstellte. Machen Sie dem Klienten klar, dass auch Sie und andere Personen, (z. B. Lehrer, Polizisten, Ärzte) von seinem Verhalten betroffen sein könnten.

Übung 1: Die Folgen des eigenen Handelns bedenken

Gehen Sie folgende Beispiele durch und fragen Sie den Klienten

- welche möglichen Konsequenzen das für den Klienten selbst
- und für andere Menschen hätte.

Verdeutlichen Sie ihm, dass direkt oder indirekt oft sehr viele Menschen beteiligt sind, und lassen Sie ihn die positiven und negativen Folgen der jeweiligen Handlung selbst entwickeln.

- Sie klauen ein Auto und überfahren unabsichtlich eine schwangere Frau.
- Sie schlagen Ihre Freundin und sie zeigt Sie an.
- Sie brechen in ein Haus ein, haben eine Scheibe eingeschlagen und werden von der Polizei gestellt.
- Sie nehmen Drogen in einem Club ein und verlieren das Bewusstsein.
- Sie stiften Ihren Freund dazu an, einen Einbruch zu begehen, und er wird dabei festgenommen.
- Sie rasten in der Werkstatt aus und werfen ein Werkzeug nach Ihrem Meister.
- Sie bedrohen einen Bediensteten, weil er Sie immer wieder provoziert hat.
- Sie sind gerade entlassen worden und schlagen jemanden als Sie betrunken sind.

Übung 2: Konsequenzen verschiedener Handlungsmöglichkeiten bedenken

Lesen Sie dem Klienten die folgenden Geschichten vor und fragen Sie ihn,

- welche möglichen Entscheidungen es geben könnte,
- wie die jeweiligen Konsequenzen aussehen würden und
- wie er sich entschieden hätte und warum.

Lassen Sie sich seine **Entscheidung gut begründen**, es ist wichtig, dass er einen eigenen Standpunkt entwickelt und diesen argumentativ vertreten kann. Konfrontieren Sie ihn mit einigen **Gegenargumenten**, wenn er in der Anwendung der Methode sicher ist.

Sven und Tilo laufen die Straße entlang und sehen ein unverschlossenes Auto in dem der Zündschlüssel steckt. Die Klienten überlegen, ob sie sich das Auto nicht kurz „ausleihen“ sollten. Sven ist 16 und Tilo ist 17 Jahre alt und haben noch keinen Führerschein. Sven argumentiert, dass es ja kein Diebstahl wäre, wenn sie das Auto gleich wieder hin stellen würden und der Besitzer bekäme es so nicht mal mit. Außerdem ist er selbst schuld, wenn er den Schlüssel stecken lässt.

Übung 3: Konsequenzen der eigenen Handlungen bedenken

Der Klient soll **drei konflikthafte soziale Situationen nennen, die er selbst erlebt hat und deren Konsequenzen** zum einen **für sich selbst** und zum anderen **für andere Menschen** diskutieren.

Nehmen Sie sich bei dieser Übung viel Zeit, um die Auswirkungen seines Verhaltens auf andere Menschen herauszuarbeiten. Es könnte sein, dass sich der Klient bisher wenig mit dieser Fragestellung befasst hat und glaubt, dass nur sehr wenige Menschen (z.B. er und das Opfer) durch sein Verhalten Konsequenzen erlebten.

Denkaufgabe: Der Klient soll in der nächsten Sitzung von einer Situation erzählen, in der er unterschiedliche Entscheidungsmöglichkeiten wahrnahm und dazu jeweils die Konsequenzen bedacht hat.

6. Sitzung: Handlungsprognose

Das Ziel dieser Sitzung besteht darin, zu einer Entscheidung zu gelangen, nachdem die einzelnen Schritte des Problemlöseprozess durchgegangen wurden. Der Klient soll an komplexeren Beispielen die einzelnen Schritte der Handlungsentscheidung durchgehen, beginnend mit der Wahrnehmung und Bewertung der Situation über die Zielbildung und die Auswahl der geeigneten Mittel und der Abschätzung der Handlungsfolgen für sich und für andere bis hin zum Nachdenken über den konkreten Ablauf der Handlung. Er soll lernen, dass es im Alltag oft genügt, nur kurz nachzudenken, um eine Handlung zu begründen. Sehr wichtig ist es, dass der Klient einen Zuwachs an Handlungsfreiheit erlebt und stolz auf sich sein kann, wenn er in schwierigen sozialen Situationen zwischen alternativen Handlungsmöglichkeiten entscheiden kann.

Der Klient soll den Problemlöseprozess selbständig anwenden können. Machen Sie ihm klar, dass er nichts davon hat, wenn er Ihnen zuliebe zu moralisch anerkannten Lösungen kommt, die er in der Situation aber nicht verwirklichen würde. Konfrontieren Sie ihn mit den Gegebenheiten der Situation, wenn Sie den Eindruck haben, dass er Handlungsweisen vorschlägt, um Ihnen „nach dem Munde zu reden.“

Übung 1: Problemlösungsprozess anwenden

In den folgenden Beispielen soll der Klient den Problemlösungsprozess durchgehen, die Entscheidungsmöglichkeiten erwägen und die jeweiligen Konsequenzen bedenken.

Bennys Mutter bat ihren Sohn am Morgen für den bevorstehenden Geburtstag von Bennys Vater die Einkäufe zu erledigen. Die Gäste kommen um 20.00 Uhr und sie braucht die Sachen gegen 18.00 Uhr, damit sie noch alles vorbereiten kann. Sie gibt Benny das Geld und eine Einkaufsliste. Benny hat eigentlich keine Lust einkaufen zu gehen und geht deshalb erst kurz bevor der Laden schließt los. Als er ankommt, stellt er fest, dass er das Geld vergessen hat.

Maiks Tante hat ein Ferienhaus, das Maik am nächsten Wochenende benutzen darf. Er hat seine Kumpels gefragt, ob sie mit ihm dorthin fahren und sie haben alle zugesagt. Einer hat sogar eine andere Verabredung abgesagt, damit er mitkommen kann. Maik hat vor ein paar Wochen ein Mädchen kennen gelernt, in das er sich verliebt hat. Sie sind sich näher gekommen und sie scheint auch sehr interessiert an ihm zu sein. Als sie sich treffen, sagt das Mädchen, dass sie so gern mal mehr Zeit mit ihm verbringen würde und fragt, was er z.B. am nächsten Wochenende vorhat. Maik will sich unbedingt mit ihr treffen und am liebsten würde er sie in das Ferienhaus einladen, weil er hofft, dass sie sich so auf eine Partnerschaft einlassen könnte.

Übung 2: Entscheidungsprozess

In der folgenden Situation sollte der Klient mit Hilfe des Problemlöseprozesses zu einer Entscheidung gelangen und darüber nachdenken, wie die Handlung im Konkreten ablaufen würde. Helfen Sie dem Klienten so gut Sie können, möglichst **jeden einzelnen Schritt im Problemlöseprozess für die Entscheidungsfindung zu nutzen**. Konfrontieren Sie den Klienten, wenn er die „Ideallösung“ wählt, ohne zu hinterfragen, ob er das tatsächlich in der Situation auch schaffen würde, so zu handeln.

Sie können natürlich auch an den erlebten Geschichten arbeiten, die Ihnen der Klient im Laufe des Trainings erzählt hat.

Mario ist 15 Jahre alt. Er ist schon mehrmals in Schwierigkeiten geraten, weil er Motorräder gestohlen hat und mit seinen Freunden damit herumgefahren ist. Er hat eine Betreuungsweisung erhalten, und ihm wurde von den Jugendrichtern mit Arrest gedroht, wenn er sich nochmals strafbar machen sollte. Marios Mutter ist fassungslos und macht sich große Sorgen um Mario. Immer wenn er das Haus verlässt, hat sie Angst, dass er wieder etwas anstellt. Wenn sie die Sirenen eines Polizeiautos hört, denkt sie, dass Mario von der Polizei geschnappt wurde. Marios Mutter musste vom Arzt Beruhigungsmittel verschrieben bekommen. Sie hat noch drei andere Kinder, alle jünger als Mario. Sein Bruder Dirk ist 12 Jahre alt und macht Mario alles nach; auch er gerät bereits in Schwierigkeiten. Marios Mutter möchte, dass Mario seinen Geschwistern ein gutes Beispiel ist.

Mario ist mit seinen Freunden unterwegs. Weil sie nichts zu tun haben, schlägt einer der Freunde vor, Motorräder zu klauen und damit für einen Tag an die Ostsee zu fahren. Mario fühlt sich der Gruppe sehr zugehörig und möchte seine Freunde nicht enttäuschen. Er befürchtet, dass er von der Gruppe ausgeschlossen wird, wenn er nicht mitmacht. Vor einigen Wochen hatte sich ein anderes Gruppenmitglied geweigert, bei einer Schlägerei mitzumachen, weil es nicht noch mehr Probleme haben wollte, und wurde dafür von den anderen ausgeschlossen und nicht mehr beachtet. Mario weiß, dass sie höchstwahrscheinlich von der Polizei geschnappt werden und er dann richtige Probleme bekommt. Er weiß nicht, was er tun soll.

Denkaufgabe: Der Klient soll zur nächsten Sitzung von einem Problem erzählen, auf das er den Problemlösungsprozess angewendet hat.

Modul I
soziale Informationsverarbeitung
Abschnitt B: interpersonelle Aspekte des Problemlösungsprozesses



7. Sitzung: Perspektivenübernahme

Die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme ist eine der wichtigsten sozialkognitiven Kompetenzen. Ohne sie kann es nicht gelingen andere Menschen und ihre Beziehungen zu verstehen und angemessen auf sie zu reagieren. Ziel dieser Sitzung ist es, den Klienten dazu zu bringen sich in andere Menschen hinein zu denken und deren Sichtweise nachvollziehen zu können, auch wenn er selbst eine andere Meinung vertritt.

Übung 1: Wie viele Menschen sind betroffen?

In den folgenden Beispielen soll der Klient herausfinden, **welche Personen** – außer den unmittelbar beteiligten Akteuren – noch **von den Folgen des eigenen Handelns berührt** sein könnten. Fragen Sie jeweils nach, was die anderen über diese Situation denken würden.

Alexander hat keine Lust mehr, zur Schule zu gehen. Obwohl er eine Reihe guter Freunde dort hat und obwohl seine Eltern unbedingt möchten, dass er weiter die Schule besucht, geht er einfach nicht mehr hin.

Laura wollte eigentlich mit ihrem Freund und noch ein paar anderen ins Kino gehen. Am Nachmittag trifft sie Mark, der sich ein schickes Auto geliehen hat, und sie einlädt, mit ihm in die Stadt zu fahren. Sie fährt mit und ruft ihren Freund an und sagt ihm, dass sie nicht mit ins Kino gehen kann, weil ihre Eltern das nicht wollen.

Maik spielt in einer Fußballmannschaft. Er ist ein sehr guter Spieler und schießt viele Tore. Aber er streitet oft mit dem Trainer; außerdem ist seine Freundin dagegen, dass er in der Mannschaft spielt, weil er so oft trainieren muss und mit der Mannschaft viel unterwegs ist. Maik entschließt sich, mit dem Fußballspielen aufzuhören.

Dirk begeht während seiner Bewährung einen Raub und wird dabei erwischt. Es droht ein Bewährungswiderruf.

Übung 2: Den anderen überzeugen

Mit dieser Übung soll der Klient lernen, seine Ziele zu begründen und dabei die Gegenargumente Anderer zu berücksichtigen. Dadurch übt er auch die kognitiven Fähigkeiten zur Perspektivenübernahme. Fragen sie den Klienten, **welche Argumente ihm einfallen**, die in den folgenden Beispielen die Eltern von dem jeweiligen Vorhaben überzeugen können. Und welche **Gegenargumente** die Eltern haben könnten.

- Aref möchte von zu Hause ausziehen, aber seine Mutter findet ihn mit 17 Jahren zu jung dazu. Wie könnte Aref sein Ziel erreichen?
- Fatma möchte kein Kopftuch tragen, obwohl ihre Eltern versuchen den Koran zu befolgen. Wie könnte Fatma erreichen, dass sie kein Kopftuch mehr tragen muss?
- Sascha möchte länger weg bleiben und nicht zu einer bestimmten Zeit zu Hause sein. Seine Eltern möchten aber, dass er immer um 24 Uhr zu Hause ist. Welche Möglichkeiten hat Sascha?
- Mike ist 19 Jahre alt und möchte den Autoführerschein machen, die Eltern finden das aber nicht notwendig und außerdem zu teuer. Wie könnte er argumentieren?

Übung 3: Aus den Augen eines anderen

Gehen Sie mit dem Klienten die folgenden Beispiele durch und fragen Sie ihn, **wie er sich in der jeweiligen Situation fühlen** würde, welche **Handlungsmöglichkeiten** er hätte und welche **Konsequenzen** entstehen würden.

Einigen Insassen der JVA ist langweilig. Sie entscheiden sich einen besonders unbeliebten Bediensteten zu ärgern, indem sie nach dem Nachtverschluss immer wieder die Notrufklingel betätigen, obwohl nichts passiert ist. Sie wissen, dass der Bedienstete verpflichtet ist, darauf zu reagieren. Wieder und wieder geht er zu den Zellen und wird zunehmend wütend, über das Verhalten der Insassen.

- Wie würden Sie sich als Bediensteter fühlen?
- Welche Möglichkeiten hätten Sie?
- Welche Konsequenzen hätten diese Möglichkeiten?

Sie sind auf Vorbewährung und dürfen sich nichts mehr zu Schulden kommen lassen, weil Sie ansonsten Inhaftiert werden. Zu den Bewährungsaufgaben gehört, dass Sie ein Denkzeit-Training absolvieren. Nachdem Sie schon dreimal unentschuldig gefehlt haben, können Sie sich keinen weiteren Fehlertermin mehr leisten. Wenn Sie nicht zum Training gehen, brauchen Sie eine Krankschreibung als Entschuldigung.

Vor Ihrem nächsten Termin treffen Sie Freunde, die beschlossen haben das schöne Wetter zu nutzen, um ins Freibad zu gehen. Sie besorgen sich eine gefälschte Krankschreibung und gehen mit. Auf dem Weg dorthin begegnen Sie Ihrem Denkzeit-Trainer/Ihrer Denkzeit-Trainerin, dem/der Sie gesagt hatten, das Sie mit Fieber im Bett liegen.

- Wie würden Sie sich als Denkzeit-Trainer/Denkzeit-Trainerin fühlen?
- Welche Möglichkeiten hätten Sie?
- Welche Konsequenzen hätten diese Möglichkeiten?

In der Werkstatt ist eine Säge weg gekommen. Die Auszubildenden schwören alle, damit nichts zu tun zu haben und versichern nicht zu wissen, wer das war. Das Verschwinden der Säge stellt aber ein großes Sicherheitsrisiko dar und darf laut Vorschrift nicht ignoriert werden. Die Anstaltsleitung ist über diesen Vorfall sehr verärgert.

- Wie würden Sie sich als Lehrer der Werkstatt fühlen?
- Welche Möglichkeiten hätten Sie?
- Welche Konsequenzen hätten diese Möglichkeiten?

Übung 4: eigene Situationen

Der Klient soll eine Situation nennen, in der er versucht hat jemanden von seiner Meinung zu überzeugen. Es soll zunächst **Argumente für seine Position** finden und dann die **Argumente der Gegenseite** aufzählen.

Denkaufgabe: Der Klient soll von einer aktuellen Situation erzählen, in der es ihm gelungen ist, sich in sein Gegenüber hinein zu denken.

8. Sitzung: Gewissheit und Vermutungen

Ziel dieser Sitzungen ist, dem Klienten deutlich zu machen, was der Unterschied zwischen Gewissheit und einer Vermutung ist. Außerdem wollen wir aufzuzeigen, dass wir unvermeidlich Vermutungen über Situationen anstellen. In manchen Fällen führt dies aber zu einer falschen Interpretation der Situation.

Uns dringt, dank selektiver Wahrnehmung, nur diejenige Information ins Bewusstsein, die zu unseren eigenen Erwartungen passt. Bei delinquenten Klienten hat sich gezeigt, dass eben diese eigenen Erwartungen häufig mit der Annahme verknüpft sind, die Umwelt sei eher feindlich. Das gründet zum einen auf Erfahrung und zum anderen auf einem negativen Selbstbild. Häufig entsteht durch das negative Selbstbild und die unreflektierte Wahrnehmung ein Teufelskreis. Das Denkzeit-Training versucht, an dieser Stelle einzugreifen und die Vermutungen über die Umwelt soweit zu erweitern, dass der Klient in die Lage gebracht wird, seine Wahrnehmung zumindest zu überprüfen, bevor er handelt. Dafür muss er zuallererst zwischen Gewissheit und Vermutung unterscheiden lernen.

Definition: Gewissheit bedeutet, sich einer Sache sehr sicher zu sein, z.B. weil wir alle Fakten kennen oder weil eine Situation ganz eindeutig ist. Eine **Vermutung** bedeutet, dass wir zu wenige Informationen über eine Situation haben oder die Fakten vieldeutig sind.

Wichtig ist an dieser Stelle, dass sich der Klient an die vorige Sitzung erinnert, ermuntern Sie ihn dazu, bleiben Sie jedoch nicht zu lange bei diesem Thema, wenn er sich nicht vollständig erinnern kann. Knüpfen Sie an die Lerninhalte an, welche der Klient erinnern kann. Das wird dem Klienten den Eindruck vermitteln, bereits etwas erreicht zu haben.

Es ist zu erwarten, dass der Klient an diesem Punkt des Trainings erst wenig Lernstoff erinnert. Seien Sie darüber nicht enttäuscht. Es kann manchmal mehrere Sitzungen dauern, bis der Klient eine Vorstellung davon bekommt, was Sie ihm vermitteln wollen. Denken Sie daran, dass die meisten der Klienten, die an dem Training teilnehmen, Schwierigkeiten in der Schule haben. Sie werden bald sehen, dass der einzelne das Manual besser verstehen und nutzen kann, wenn sich die Beziehung zu Ihnen vertieft.

Wenn die Denkaufgaben nicht erledigt sind, was aufgrund der negativen Erfahrungen im schulischen Bereich nicht unwahrscheinlich ist, sollten Sie dem Klienten erklären, dass die Erledigung der Hausarbeiten für die Entwicklung seiner kognitiven Kompetenzen wichtig ist. Gemeinsam mit dem Klienten könnte überlegt werden, wie Denkaufgaben leichter erinnert und besser bewältigt werden können. In jedem Fall können Sie sich Beispiele geben lassen für erfolgreich/nicht erfolgreich gelöste Probleme von ihm nahe stehenden Menschen.

Übung 1: Wissen und Vermutungen anstellen

Bevor Sie mit der Übung beginnen, **definieren Sie kurz die Begriffe Gewissheit und Vermutung.**

Diese Übung soll dem Klienten den **Unterschied zwischen einer Vermutung und Wissen** verständlich machen. Nehmen Sie **Fotos aus einer Zeitung**, die eine Bedeutung für den Klienten haben könnten. Lassen Sie den Klienten den Text zum Bild nicht sehen. Dann soll der Klient sagen, was auf jedem der Bilder geschieht. Ermutigen Sie ihn, detailliert zu erzählen.

Versuchen Sie ihm deutlich zu machen, was er über die Bilder **weiß** und was er **nur vermutet**. Bei dem ersten Bild wird ihm das sicherlich schwer fallen, aber wenn er den Unterschied verstanden hat, wird es ihm Freude machen, die Informationen zu unterscheiden.

Je mehr Vermutungen der Klient über die Bilder anstellt, desto eher wird er lernen, dass er lange nicht so viel über diese Bilder weiß, wie er auf den ersten Blick glaubt. Arbeiten Sie diese Tatsache deutlich heraus und versuchen Sie dem Klienten nahe zu bringen, dass man immer Vermutungen anstellt, aber dass darin auch die Gefahr liegt, dass man sich irrt und die Situation falsch interpretiert.

Übung 2: Vermutungen über eine Situation anstellen

Nehmen Sie ein neues Bild aus einer Zeitung, das den Klienten ansprechen könnte. Auf dem Bild sollte eine **uneindeutige soziale Situation** zu erkennen sein. Bitten Sie den Klienten eine Geschichte dazu zu erfinden, indem er (möglicherweise abwegige) **Vermutungen anstellt**, die zu dem Bild passen könnten. Betonen Sie dabei den Unterschied zwischen Vermutungen und Gewissheiten immer wieder.

Übung 3: Vermutungen über andere anstellen

Diskutieren Sie mit dem Klienten die **Vermutungen**, die manchmal über folgende Menschen oder Situationen getroffen werden. Betonen Sie, dass seine Antworten auf persönlichen Meinungen und nicht auf Gewissheiten beruhen.

- ein Insasse, der während der Haft nicht zur Schule geht und auch keine Arbeit hat
- ein Jugendlicher, der draußen nicht zur Schule geht und keine Arbeit hat
- ein Jugendlicher, der Schwierigkeiten mit dem Lesen und Schreiben hat
- ein Jugendlicher, der immer macht, was man ihm sagt
- ein Insasse, der meist allein in seiner Zelle sitzt
- ein Jugendlicher, der oft weint

Übung 4: Hilfreiche und nicht hilfreiche Vermutungen

Wir brauchen Vermutungen, um uns zu orientieren. Diskutieren Sie mit dem Klienten, wann er schon einmal **Vermutungen** angestellt hat, **die hilfreich waren und** wann Vermutungen **nicht hilfreich** gewesen sind.

Übung 5: Eigene Probleme betrachten

Fragen Sie den Klienten, welche **Vermutungen er bei seinen Problemen** angestellt hat.

Denkaufgabe: Der Klient soll beim nächsten Treffen von einer Situation erzählen, in der er erkannt hat, dass er über jemanden Vermutungen angestellt hat.

9. Sitzung: Handlungserklärungen suchen

In unklaren sozialen Situationen fällt es Klienten mit dissozialem Verhalten oft schwer, die Gründe für das Handeln des Gegenübers zu erfassen. Sie neigen zu vorschnellen Vermutungen über die Motive der anderen und ziehen ungerechtfertigte Schlussfolgerungen. Der Klient soll in dieser Sitzung lernen, dass man bei der Suche nach den – nicht sichtbaren und häufig auch nicht offensichtlichen – Handlungsgründen anderer Menschen systematisch vorgehen und dabei auch die Wahrscheinlichkeiten berücksichtigen kann, die jeder Erklärungsmöglichkeit zuzuordnen sind.

Diese Sitzung verfolgt indirekt auch das Ziel, dem Klienten die „metakognitive“ Einsicht zu vermitteln, dass menschliches Handeln immer absichtsvoll und zielbezogen ist, so dass man einen anderen nur dann verstehen kann, wenn man sich seine Handlungsgründe erschließt.

In erwartungswidrigen sozialen Situationen („meine Freundin erscheint nicht, obwohl wir verabredet waren“) suchen wir automatisch nach den verborgenen Gründen für das zunächst unerklärliche Handeln der anderen. Dabei gehen wir wie in einem „Entscheidungsbaum“ hierarchisch vor: Die erste Entscheidung gilt in diesem Beispiel vielleicht der Frage: „Wollte“ sie nicht kommen, oder „konnte“ sie nicht kommen? Bei dieser Entscheidung suchen wir nach Gesichtspunkten, die uns helfen könnten: War sie in der letzten Zeit vielleicht sehr abweisend und ließ sie sich zur jüngsten Verabredung nur-mehr überreden? Oder geschieht es ihr öfter, dass etwas dazwischen kommt, so dass sie schon einige Verabredungen versäumen musste? Wir greifen also auf unsere Erfahrungen zurück und bilden Wahrscheinlichkeiten für die eine oder die andere Erklärung.

Wenn wir uns nun auf der obersten Hierarchie-Ebene für „konnte nicht“ entscheiden, eröffnen sich wiederum mehrere Möglichkeiten: 1. sie ist krank geworden, 2. sie ist zu spät losgegangen, 3. sie durfte nicht fortgehen usw. Auch hier greifen wir auf Erfahrungen zurück – nicht allein auf die Erlebnisse mit dieser konkreten Person, sondern auch auf verallgemeinerte Erfahrungen mit anderen Menschen: Wie oft kommt es vor, dass die Freundin nicht fortgehen darf und wie wahrscheinlich ist es, dass sie krank geworden ist?

Wenn sich zeigt, dass die drei Möglichkeiten unter der Variante „konnte nicht“ sehr unwahrscheinlich sind (weil wir bei ihr angerufen haben und erfuhren, dass sie weder krank ist noch zu Hause bleiben musste), müssen wir zur oberen Hierarchie-Ebene zurückkehren und den anderen Ast des Entscheidungsbaumes wählen, also die Möglichkeit „wollte nicht“. Auch hier suchen wir nach Erklärungen, die nun wahrscheinlich sein könnten („hat sich über mich geärgert“ oder „hat einen anderen Freund“) und gehen sie durch.

Derartige „sequentielle“ Entscheidungen über unklare Motive anderer verlaufen zumeist nicht bewusst, und wir machen uns nicht klar, dass wir hierarchisch vorgehen. Das gilt insbesondere dann, wenn wir eine bestimmte Handlungserklärung vor allen anderen bevorzugen, obgleich sie vielleicht nicht besonders wahrscheinlich ist. In diesen Präferenzen kommen persönliche Erwartungen und Risikoeinschätzungen zum Tragen, von denen einige unter dem Begriff „projektive Neigungen“ in der nächsten Sitzung besprochen werden sollen. In dieser Sitzung geht es nur darum, mit den Klienten an einzelnen Beispielen die hierarchische Gliederung solcher Entscheidungsbäume durchzugehen, so dass sie lernen, wie Handlungsmotive rational rekonstruiert werden können. Ferner lernen sie, über die Wahrscheinlichkeit nachzudenken, die man jeder möglichen Erklärung zuordnen kann, und sie können verstehen, dass man im Falle einer Erklärungssackgasse eine Entscheidungsebene zurückgehen muss.

Bei den folgenden Übungen soll sich der Klient in die Rolle einer anderen Person hineinversetzen. Das wird ihm möglicherweise nicht immer leicht fallen, vor allem dann, wenn die beschriebene Rolle mit der vertrauten eigenen nicht übereinstimmt. Obgleich diese Übungen nicht hauptsächlich darauf abzielen, die Fähigkeit zur Perspektivenübernahme zu fördern, können sie doch zur Entwicklung dieser wichtigen Kompetenz beitragen.

Übung 1: Handlungserklärungen suchen

Gehen Sie mit dem Klienten die folgenden, erwartungswidrigen Ereignisse durch und fragen Sie ihn, **welche Erklärungsmöglichkeiten** (Vermutungen) denkbar wären. Bitte notieren Sie die Angaben des Klienten; sie werden in der dritten Übung noch einmal überdacht werden.

- Ihr Opa hatte versprochen, ein Päckchen zu schicken, aber es ist keines angekommen.
- Sie hatten sich bei einer Reinigungsfirma beworben und erst hieß es, man würde Sie nicht nehmen. Aber dann wurden Sie doch genommen.
- Ihr Freund wollte Sie gestern anrufen, um Ihnen etwas Wichtiges zu sagen, aber er hat sich nicht gemeldet.
- Ihre Freundin ist nicht erschienen, obwohl Sie es verabredet hatten.
- Ihr Denkzeit-Trainer/Ihre Denkzeit-Trainerin ist zum vereinbarten Zeitpunkt nicht erschienen.
- Ihr Onkel hat Ihnen 50 Euro zum Geburtstag versprochen, aber er hat 120 Euro geschenkt.

Übung 2: Die Hierarchien des Entscheidungsbaums

Der Klient soll an dem folgenden Beispiel (auf der nächsten Seite) erkennen, wie Erklärungen gefunden werden und dass sie sowohl hierarchisch, als auch der Wahrscheinlichkeit nach angeordnet sein können. Gehen Sie mit ihm das Beispiel durch und zeigen Sie ihm, dass man in unklaren Situationen versuchen kann, die möglichen Erklärungen hierarchisch anzuordnen. Beziehen Sie die Überlegungen des Klienten ein und fragen Sie ihn, welche Vermutung seiner Meinung nach am wahrscheinlichsten ist und warum. **Ergänzen Sie den Entscheidungsbaum** mit dem Klienten. Ziel der Übung ist es aber nicht, dass der Klient den Entscheidungsbaum allein erstellt.

Übung 3: Subjektive und empirische Wahrscheinlichkeiten

Gehen Sie noch einmal die Antworten des Klienten aus der Übung 1 durch. Nehmen sie eines der Beispiele und fragen Sie den Klienten nach **subjektiven und empirischen Wahrscheinlichkeiten**. Verdeutlichen Sie dem Klienten, dass seine Wahrscheinlichkeitsannahmen subjektiv sind, und dass andere Menschen vermutlich andere Handlungserklärungen für wahrscheinlicher halten werden. Das liegt daran, dass jeder aufgrund seiner eigenen Erfahrungen bestimmte Erklärungen für besonders wahrscheinlich hält, aber es ist auch klar, dass man sich da leicht irren kann.

- Denken alle so wie Sie?
- Kennen Sie jemanden, der in diesem Falle anders denken würde?

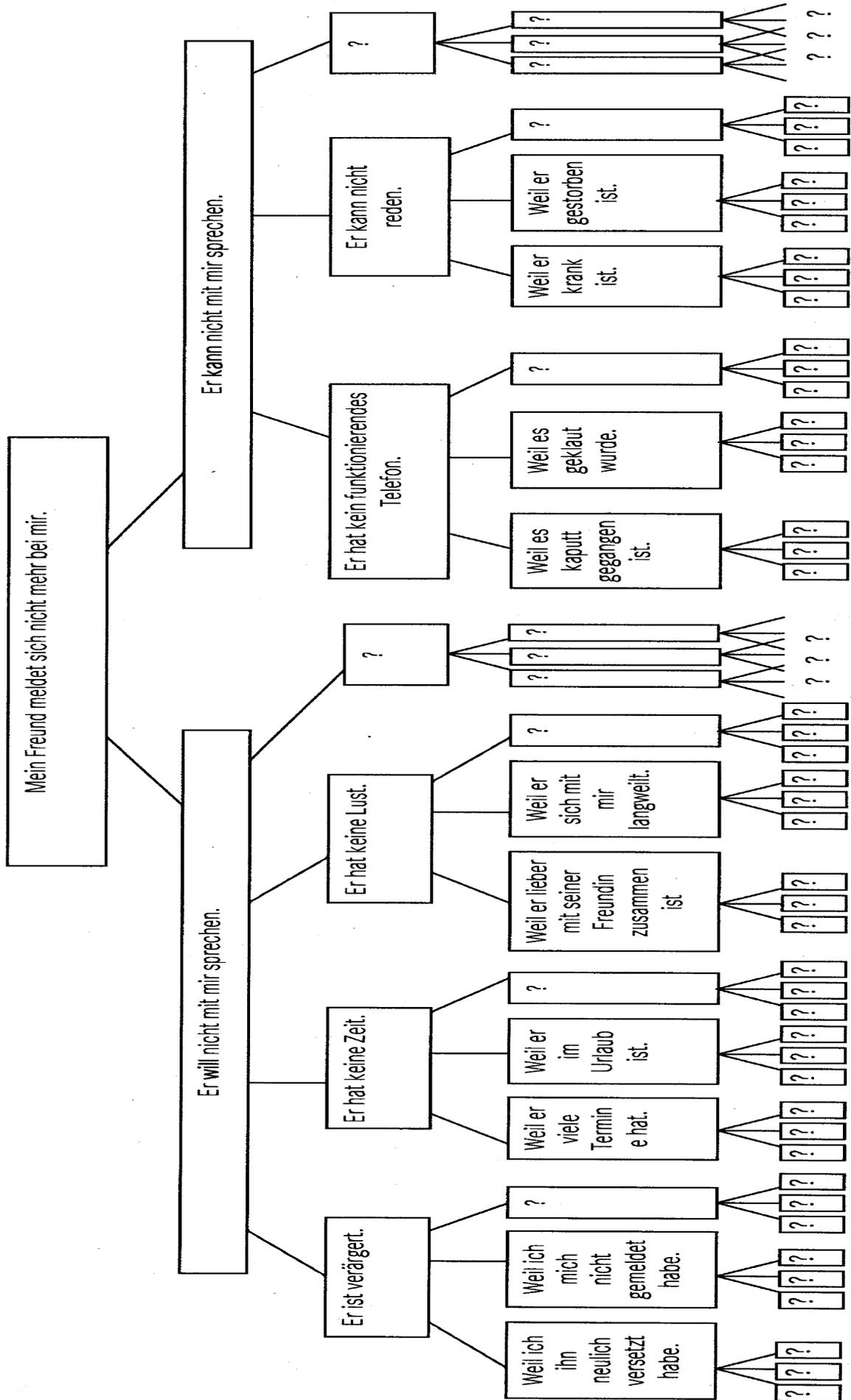
Übung 4: Eigene Irrtümer nachvollziehen

Fragen Sie den Klienten nach Situationen, in denen er sich über die **Handlungsgründe eines Anderen irrte**. Bitten Sie ihn, diese Begebenheit ausführlich zu erzählen und gehen Sie mit ihm die möglichen Gründe für seinen Irrtum durch: War etwas sehr Unwahrscheinliches geschehen? Hatte er eine Erklärung bevorzugt, die ihm zwar subjektiv nahe lag, die aber bei distanzierter Betrachtung doch unwahrscheinlich war?

Zum Beispiel ...

- ... jemand ist nicht gekommen?
- ... jemand hat sich nicht gemeldet?
- ... jemand hat sich seltsam verhalten?

Denkaufgabe: Der Klient soll beim nächsten Mal von einer Situation berichten, in der er über die unklaren Handlungsgründe eines anderen nachdachte und Vermutungen anstellte.



10. Sitzung: Negative Zuschreibungen erkennen

Delinquente Jugendliche neigen – insbesondere in unklaren sozialen Situationen – dazu, anderen Menschen feindselige Absichten zuzuschreiben. Sie sind sich dieser projektiven Neigung oft nicht bewusst. In dieser Sitzung soll der Klient seine Tendenz zur negativen Zuschreibung erkennen und herausfinden, in welchen Situationen er zu welchen projektiven Phantasien neigt.

In den nachstehenden Beispielen, lassen sich folgende Kategorien entdecken:

- körperliche Aggression
- Beschämung, Erniedrigung, Entwertung
- Idealisierung (narzisstische Projektion)
- sexuelle/erotische Attraktion
- Verlassenheitsangst

Aus diesen verschiedenen Zuschreibungen, soll der Klient mit Ihrer Hilfe diejenigen herausfinden, die ihm besonders bekannt sind. Der Klient soll seine eigenen Worte für diese Zuschreibungen finden. Unterstützen sie den Klienten in der Analyse der Situationen. Dabei ist es wichtig, dass Sie sehr vorsichtig und anerkennend mit dem Klienten sprechen, denn er könnte befürchten, „ausgehört“ oder bei negativen Denkgewohnheiten „erwischt“ zu werden.

In der letzten Übung dieser Sitzung soll der Klient anhand der von ihm gegebenen Antworten seine eigenen Projektionsmuster erkennen und situativ zuordnen. Außerdem soll der Klient erkennen, dass er nicht zufällig oder ganz willkürlich seine projektiven Tendenzen entwickelt hat.

Der Klient kann den Begriff der negativen Zuschreibung vermutlich nicht erfassen. Es ist daher ratsam, in Erläuterungen und Diskussionen auf den Begriff der „Denkgewohnheit“ auszuweichen, auch wenn dieser Begriff sehr viel allgemeiner ist.

Übung 1: Kategorien entdecken

Der Klient soll erklären, **was er in den beschriebenen Situationen denken würde**. Versuchen Sie herauszufinden, ob der Klient jeweils grundsätzlich so denkt, oder einzelne Erfahrungen seine Antworten begründen.

Gehen Sie mit dem Klienten die von ihm gegebenen Einfälle zu den Beispielen durch und versuchen Sie gemeinsam mit ihm, **typische Muster** seiner negativen (oder positiven) Zuschreibungen zu erkennen. Z.B. könnte er sehen, dass er in unklaren sozialen Situationen sehr stark dazu neigt, anderen Menschen feindselige Absichten zuzuschreiben, während er vielleicht in der Nähe von Freunden annimmt, idealisiert zu werden.

- Jemand, den Sie nicht kennen, kommt mit schnellem Schritt auf Sie zu und guckt Sie dabei direkt an. Was könnte er von Ihnen wollen?
- Ein Sozialarbeiter, den Sie schon länger kennen, ist heute ganz besonders freundlich zu Ihnen. Was vermuten Sie, warum er das tut?
- Ihre Mutter sagt, sie hätte eine Idee, wie alles besser werden kann. Was könnte sie sich ausgedacht haben?
- Zwei Mädchen tuscheln miteinander und kichern dann. Worüber kichern die Mädchen vermutlich?
- Sie stehen in einer Gruppe von Leuten, die Sie nicht besonders gut kennen und sagen etwas. Daraufhin fangen alle an zu lachen. Was denken die andern vermutlich?
- Ein Freund von Ihnen meldet sich lange nicht, jetzt kommt eine SMS. Was könnte darin stehen?

Übung 2: Die „Ökonomie“ projektiver Neigungen verstehen

Lesen Sie mit dem Jugendlichen den Text und gehen Sie jeweils **die folgenden Fragen** durch. Diese Übung soll dem Klienten helfen zu verstehen, dass immer eine Entwicklung hinter solchen projektiven Neigungen steht.

Hamudi ist in einer Familie aufgewachsen, in der die Kinder sehr oft verprügelt wurden. Oft wurde er geschlagen, ohne dass er wusste, was er Unrechtes getan hätte. Es konnte sogar passieren, dass er z.B. seinem älteren Bruder eine Geschichte erzählte, aber der gab ihm ganz plötzlich eine Ohrfeige. Als Hamudi älter wurde, wurde er immer vorsichtiger und misstrauischer. Wenn z.B. in der Schule ein anderer Schüler auf ihn zuging, ging er schnell weg, oder er wurde selbst aggressiv und bedrohte ihn. Leider passierte es immer häufiger, dass er andere Jugendliche verprügelte, obwohl die gar nichts getan hatten.

- Warum wurde Hamudi so misstrauisch?
- Warum schlug er so oft zu, obwohl der andere noch gar nichts getan hatte?
- Warum wäre es gut, wenn Hamudi sein Verhalten ändern würde?
- Wie könnte er sein Verhalten ändern?

Florian ist seit seiner Geburt sehr kurzsichtig. Leider hat seine Familie diese Kurzsichtigkeit zunächst nicht bemerkt, obwohl er von Anfang an etwas unsicher wirkte und in den ersten Jahren in der Schule nicht lesen konnte, was an der Tafel stand. Weil er ein schlechter Schüler war, wurde er oft ausgelacht und alle dachten, er sei geistig etwas behindert. Erst in der vierten Schulklasse kam ein Lehrer auf den Gedanken, dass Florian eine Brille tragen muss. Florian aber wollte seine Brille nicht tragen, weil er Angst hatte, dass seine Mitschüler und auch seine Freunde über ihn lachen würden. Immer wenn jemand in seiner Nähe lachte, wurde er wütend und beschimpfte denjenigen, der gelacht hatte. So kam es oft zu Rangeleien, die auch manchmal sehr schlimm wurden.

- Warum wurde Florian wütend, wenn jemand in seiner Nähe lachte?
- Warum beschimpfte er denjenigen, der gelacht hatte?
- Wie könnte man Florian helfen, nicht mehr so misstrauisch zu sein?

Aref wächst bei seiner Oma auf, die ihm immer alles erlaubt. Wenn Aref etwas haben möchte, kauft ihm die Oma das Gewünschte möglichst schnell. Er ist es gewohnt, dass alles „nach seiner Nase“ läuft. Wenn er sich mit seiner Oma streitet, kann sie sich kaum gegen ihn durchsetzen, und meist bekommt er dann was er will.

Inzwischen wohnt Aref allein in einer kleinen Wohnung. Wenn er im Kaufhaus ist, dann wird er schnell sehr wütend, wenn er nicht genug Geld hat, um sich zum Beispiel die Kleidung zu kaufen, die ihm gut gefällt. Aref stiehlt in solchen Situationen dann die Dinge, die er gern haben möchte.

- Warum wird Aref wütend, wenn er sich Dinge nicht leisten kann, die er gern haben möchte?
- Was müsste Aref lernen, um nicht mehr zu stehlen?
- Kennst Du jemanden, der alles darf, und wenn ja, was glaubst Du, wie es demjenigen geht?
- Welchen Zusammenhang gibt es zwischen seinen Kindheitserfahrungen und seinem heutigen Verhalten?

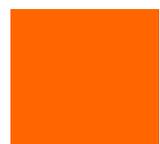
Elsas Eltern kamen mit ihr nicht klar, so dass sie bei Pflegeeltern aufwuchs, die noch ein weiteres Pflegekind und ein eigenes Kind hatten. Nach einiger Zeit gab es immer mehr Schwierigkeiten zwischen den Geschwistern, woraufhin die Pflegeeltern entschieden, Elsa in ein Heim zu geben. Sie wehrte sich und fragte, warum die anderen bleiben durften, konnte sich aber nicht durchsetzen. Im Heim kam sie mit den meisten anderen Kindern ganz gut klar, hatte aber nie eine beste Freundin. Seit sie 16 Jahre alt ist, wird sie immer wieder in Schlägereien verwickelt. Wenn sie zur Disco geht und vor dem Eingang fremde Leute stehen sieht, wird sie manchmal sehr wütend, weil sie glaubt, die anderen denken schlecht über sie. Es passierte schon oft, dass sie so überzeugt davon war, dass sie einfach auf einzelne zugeht und zuschlug, ohne mit denjenigen gesprochen zu haben.

- Was ist ihr in ihrer Kindheit passiert?
- Welche Konsequenzen hatte das für Elsa?
- Was denkst Du, wie sie sich gefühlt hat?

Welchen Zusammenhang gibt es zwischen ihren Kindheitserfahrungen und ihrem heutigen Verhalten?

Denkaufgabe: Der Klient soll bis zur nächsten Sitzung eine erlebte Situation erinnern, in der er dachte, dass ihm jemand „etwas Böses“ will, und sich später herausstellte, dass es nicht so war.

Modul I
soziale Informationsverarbeitung
Abschnitt C: Transfer des Problemlöseprozesses



11. Sitzung: Eigene Probleme lösen

Das Ziel der Sitzung besteht darin, das eigene Verhalten kritisch zu betrachten und damit einen Transfer von der Theorie des Probleme Lösens zur praktischen Anwendung vorzunehmen. Der Klient soll sein Fehlverhalten reflektieren und selbst eine bessere Lösung finden. Er soll verstehen, dass die gelernten Kompetenzen für sein „tatsächliches“ Leben hilfreich sein werden.

Der Transfer von erlernten Kompetenzen in den Alltag der jugendlichen und heranwachsenden, stellt eine große Herausforderung für alle Trainingsprogramme dar. Häufig können sich die Insassen sehr gut anpassen und haben herausgefunden, was sich die Pädagogen/Pädagoginnen von ihnen für Antworten wünschen. Wenngleich wir schon in den letzten Sitzungen vermittelt haben sollten, dass sozial angepasste Antworten nicht hilfreich sind und die Trainer/Trainerinnen auch mit dissozialen Einstellungen wertschätzend umgehen können, ohne sie zu teilen, sollte dem Klienten in dieser Sitzung besonders deutlich werden, dass ihm mit dem Problemlösungsprozess ein Instrument an die Hand gegebenes, mit Hilfe dessen er eigene Probleme tatsächlich besser lösen kann.

Übung 1: Ungelöste Probleme

Gehen Sie **zurück zu den drei Problemen**, die der Klient nicht zu seiner Zufriedenheit lösen konnte. Sofern diese Beispiele noch aktuell sind, nehmen Sie sich jedes Problem einzeln vor, und gehen Sie es unter Benutzung des **Problemlöseprozesses** durch, so dass der Klient eine andere Entscheidung treffen und damit das Problem erfolgreich(er) lösen könnte. Natürlich können Sie auch jedes andere aktuelle Problem behandeln. Beziehen Sie dabei **alle Themen der vorangegangenen Sitzungen** mit ein.

Denkaufgabe: Der Klient soll selbständig (und möglichst schriftlich) den Problemlöseprozess an einem realen, aktuellen Problem durchgehen.

12. Sitzung: Die eigene Straftat analysieren

Das Ziel dieser letzten Sitzung des ersten Moduls besteht darin, die gelernten Kompetenzen anhand des schwierigsten Beispiels überhaupt, der eigenen Straftat, anzuwenden. Dabei geht es nicht um eine umfassende „Straftataufarbeitung“, sondern um die Anwendung der gelernten sozialkognitiven Kompetenzen.

In dieser Sitzung soll die aktuelle Straftat besprochen und analysiert werden. Versuchen Sie dem Klienten möglichst wenig vorzugeben, sondern geben Sie ihm Raum zur Selbstreflektion. Es wird ihm vermutlich schwer fallen, sich mit seiner Straftat auseinanderzusetzen. Machen Sie ihm deutlich, dass er nun die Chance hat, in Ruhe über die eigenen Handlungsentscheidungen nachzudenken, seine Schritte einzeln zu bewerten und ggf. alternative Handlungsmöglichkeiten zu finden.

Der Klient wird zuvor schon häufig über sein Verhalten gesprochen haben und vermutlich hat er Sorge, dass er nun wieder eine Belehrung über sein schädigendes Verhalten zu hören bekommt. Seien Sie besonders anerkennend², denn der Klient soll sich von Ihnen nicht abgewertet fühlen. Auch wenn es wünschenswert erscheinen mag, dass er einsieht, im einen oder anderen Falle falsch gehandelt zu haben, sollte er eine solche Einsicht doch selbst entwickeln. Eine kritische Bewertung durch einen anderen führt nur selten zu einer Einstellungsänderung.

Versuchen Sie ihm zu verdeutlichen, dass er nun eine Kompetenz gewonnen hat, mit der es ihm künftig möglich sein wird, ungünstige Handlungsentscheidungen zu vermeiden. Trotzdem aber sollte er sich in dieser Sitzung noch einmal mit seinen zurückliegenden Straftaten auseinandersetzen. Wenn er sich diesem Thema widersetzt, thematisieren Sie seinen Widerstand – auch wenn er allzu verständlich erscheint.

² Wenngleich die Straftat natürlich abzulehnen ist. Der Jugendliche sollte sich in der Beziehung an dieser Stelle so sicher fühlen, dass er sich nicht als Person abgewertet fühlt, wenn Sie sein Verhalten verurteilen.

Übung 1: Der Problemlösungsprozess

Gehen Sie mit dem Klienten (wenn nötig) noch einmal kurz die einzelnen **Stufen des Problemlösungsprozesses** durch und klären Sie ggf. offene Fragen.

Übung 2: Gedanken zur eigenen Straftat

Der Klient soll **herausfinden, was er gedacht und gefühlt hat** und ob er sich daran erinnern kann, die Gedanken und Gefühle anderer Menschen mit in sein Denken einbezogen zu haben, nehmen Sie sich für diese Übung nicht zu viel Zeit.

- **bevor** er die Straftat beging,
- **als** er die Straftat beging und
- **nachdem** er die Straftat beging.

Übung 3: Der Problemlösungsprozess und die eigene Straftat

Wenden Sie nun die **Stufen des Problemlösungsprozesses** auf die Straftat an und helfen Sie dem Klienten, nun die **bestmögliche Lösung** zu finden. Weisen Sie drauf hin, dass er nicht die einzig mögliche Handlung gewählt hat, sondern sich zwischen mehreren Möglichkeiten entschieden hat.

Denkaufgabe: Der Klient soll über das bearbeitete Modul nachdenken und aufschreiben, was ihm besonders schwierig und was besonders hilfreich erschienen ist.

Modul II

Affekte managen



Gedanken zur Differenzierung von Gewaltmotiven

Die Motive von Gewalthandlungen unterscheiden sich erheblich voneinander. Vor allem in der Neurobiologie, der Psychologie und Psychiatrie (dort insbesondere in psychoanalytischen Konzepten), in der Untersuchung von Lebensverläufen und in der Kriminologie werden häufig zwei Handlungsmotive unterschieden: ein recht scharf umrissenes instrumentelles Motiv und ein weniger deutliches affektives Motiv. In der Arbeit von Friedmann (2015) wird eine weitere Unterteilung des affektiven Motivs in ein reaktives und ein intrinsisches vorgeschlagen, die in einem dimensional Bezug zueinander stehen. Diese Dreiteilung ließ sich in einer quantitativen Untersuchung abbilden (ebd.).

Die differenzierende Beschreibung eines reaktiven, intrinsischen und instrumentellen Motivs als Ergebnis vielfältiger Verknüpfung hat eine hohe Relevanz für die pädagogische Praxis. Hier soll deshalb der Versuch unternommen werden, entsprechend der vorherrschenden Motivlage gezielt zu arbeiten.

Die Denkzeit-Trainer/Trainerinnen entscheiden für jeden Klienten, ob er eher instrumentell motiviert handelt oder eher überwiegend affektiv, hier dann wiederum, ob eher intrinsisch oder eher reaktiv und wählen dann jeweils die nächste entsprechende Sitzung aus.

Etwas simplifiziert und erheblich verkürzt, könnte man die drei Motive wie folgt beschreiben (Auszug aus Friedmann 2010)³:

Das instrumentelle Motiv

Einige der gewalttätigen Klienten setzen Gewalt instrumentell, als Mittel zum Zweck, ein; sie gehen dabei planvoll und überlegt vor und sind vorrangig auf ihren eigenen Vorteil bedacht. Es kann sich hierbei um einen materiellen Wert handeln, aber auch um die Anerkennung der Peers (vgl. z. B. Mokros 2006, Raine et al. 1994, 1997)

Sie verhalten sich sozial meist wenig bezogen, haben aber nicht selten gelernt sich angepasst auszudrücken und zu verhalten, so dass leicht der Eindruck entsteht, sie würden Ihre Taten bereuen (vgl. z. B. Seveke et al. 2006). Häufig ist das aber nicht der Fall; ihre sozial angepasste Redeweise deckt sich nicht mit ihrer Einstellung oder dem Verhalten. Sie sind vor allem auf ihren Vorteil bedacht und handeln überwiegend egozentrisch, sie verfügen oft nur über ein niedriges Niveau des moralischen Urteils (z. B. Nunner-Winkler 2005) und urteilen eher heteronom (z. B. Weyers 2004). Das wird häufig auch in den Straftaten deutlich:

Ein Klient erzählte von einer Reihe „erfolgreicher Überfälle“. Dazu klingelte er zunächst an der Wohnungstür des Opfers und erzählte, er wäre gerade vergewaltigt worden, um so das Vertrauen zu erlangen. Anschließend beraubte er sein hilfsbereites Gegenüber. Pädagogin: „Was dachten Sie währenddessen?“ „Ich zählte die Sekunden, wie lange ich brauche, um rein zukommen. Ich wollte immer besser werden.“ Auf die Frage der Bewertung der Tat, antwortete er: „Die sind doch selbst schuld, wenn die ihr Geld zu Hause haben, das macht man doch auch nicht.“⁴

Unser Alltagsverständnis legt nahe, dass der Anwendung von Gewalt ein aggressiver Affektdurchbruch zugrunde liegen muss. Ein Täter mit instrumentellem Motiv ist während einer Gewalttat jedoch zumeist nur wenig affektiv erregt (z. B. Raine et al. 1994, 1997). Klienten, die instrumentell Gewalt ausüben und dabei eher überlegt und planvoll vorgehen, sind affektiv wenig angesprochen, dafür umso mehr kognitiv beteiligt; sie können gut nachdenken, planen, die Situation bewerten oder Konsequenzen antizipieren. Instrumentelle Täter sind also in der Lage,

³ Untersucht wurde nur männliche Gewalt. Ob sich diese Differenzierung auch bei Mädchen und Frauen zeigt, ist noch zu untersuchen. Allerdings spricht einiges für diese Annahme.

⁴ Alle hier verwendeten Zitate stammen aus der Arbeit der Autorin mit straffälligen Jugendlichen, die mit ihr im Rahmen des Denkzeit-Trainings (www.denkzeit.com) zusammen gearbeitet haben (vgl. auch Körner und Friedmann 2005)

kognitive Vorgänge zu bewältigen, während sie sich in konfliktreichen Situationen befinden (z. B. Raine 2002, Roth und Strüber 2009).

In vielen Situationen beschreiben Klienten große Langeweile, bis die Idee aufkommt, eine kriminelle Handlung zu begehen, deren Planung und Umsetzung als lustvoll erlebt wird. Befragt man diese Täter retrospektiv nach ihren Gefühlen, berichten sie vielfach, dass sie sich, auch während sie Gewalt anwenden, nicht aggressiv, sondern eher vergnügt fühlen.

Ein Jugendlicher berichtet über seine Gefühle in Gewaltsituationen: „Außen, da bin ich richtig wütend, da haben die Angst, aber drinnen, da ist das anders, irgendwie ruhig, so. Das ist eher so.“ (Er deutet auf ein Kärtchen, das im Denkzeit-Training als Arbeitsmaterial verwendet wird und auf welchem eine fröhliche Figur abgebildet ist.) „Ich lache so von innen.“

Klienten, deren Handlungsmotive instrumentell sind, können sich oft nicht gut in andere Menschen einfühlen (vgl. z. B. Hüther 2004, Lück et al 2005). Sie haben überwiegend wenig Verständnis für ihr Opfer und schon deshalb überkommen sie nach der Tat kaum echte Schuldgefühle, auch wenn ihnen deutlich ist, dass die meisten anderen Menschen die Handlung verurteilen würden (Nunner-Winkler 2005).

Ein Jugendlicher stahl das Geld seines besten Freundes und wurde gefragt, wie er sich an seiner Stelle fühlen würde. Jugendlicher: „Der konnte das nicht mitbekommen, er war ja draußen.“ „Stellen Sie sich vor, Ihnen nimmt Ihr bester Freund Geld weg.“ „Na dem würde ich ‚was erzählen, der wär‘ dann nicht mehr mein bester Freund.“ „Wenn Sie sich jetzt noch mal in Ihren Freund hineinversetzen ...“ „Ich bin aber nicht mein Freund!“

Das reaktive Motiv

Der reaktiv motivierte Täter reagiert stark affektiv auf Provokationen und verfügt nur über eine geringe Affekttoleranz und -kontrolle (vgl. z. B. Roth und Strüber 2009). Er schlägt in Situation zu, in denen er sich oder ihm nahestehende Personen bedroht sieht. Die Eskalation ergibt sich aus der Situation und ist immer ein Resultat von direkter Interaktion zwischen Täter und Opfer.

„Ist doch klar, wenn der andere mich schubst, dann gehe ich hin und schlage zu, weil ich dem beweisen will, dass ich das mit mir nicht machen lasse.“

Die Täter können sich, auch während der Tat, wenigstens geringfügig steuern, was sich zeigt, wenn sie davon berichten, dass sie vom Opfer ablassen, wenn dieses sich in hilfloser Position befindet und das Ziel, nämlich die „Vernichtung“ des (vermeintlichen) Angreifers, erreicht ist.

„Der hat doch schon geblutet, warum ist er nicht einfach liegen geblieben?“

Auf die Frage, warum ein Jugendlicher nach Schlägen in das Gesicht eines betrunkenen Fußballfans, der ihn und seine Freunde verbal bedroht hatte, nicht weiterhin auf ihn eingeschlagen hat, obwohl dieser zwar taumelte, aber noch stand, antwortete der junge Mann „Wir sind dann einfach gegangen, der hatte genug“.

Nach der Tat fühlt er sich oft schuldig und erkennt meist leicht, welche Konsequenzen sich für ihn und das Opfer einstellen, wenngleich er die Provokation des Opfers manchmal zur Verharmlosung heran zieht

„Was sollte ich denn machen, wenn der meinen Bruder anmacht?“

„Der hat meine Freundin beleidigt, tja...“

In der Arbeit mit Tätern, die so reaktive Gewalt anwendeten, hat sich gezeigt, dass sie meist gut in der Lage waren, ihre Taten unter Berücksichtigung der Innenwelt ihres Opfers zu beschreiben. Ihre Fähigkeit zu Empathie und Perspektivenübernahme scheint in konfliktfreien Situationen nicht eingeschränkt zu sein. Möglicherweise sind sie zu einem Urteil auf hohem moralischem Niveau fähig und bewerten ihren Affektdurchbruch entsprechend negativ.

Das intrinsische Motiv

Der intrinsische Täter hat phasenweise, oft über mehrere Tage hinweg, ein Gefühl innerer Spannung, die mit dumpfem Groll einhergeht. Er nimmt diese Spannung wahr, kann sie aber nur schlecht abbauen. Meist geht einem spontanen aggressiven Ausbruch bewusste, häufiger aber nicht bewusste Frustration, bzw. Beschämung voraus.

Nach einer ungerechten Bestrafung durch einen Erwachsenen, berichtete der Jugendliche von diffuser innerer Spannung, die über Tage hinweg angehalten hat. Als jemand versehentlich gegen ihn gestoßen ist, kam es zu einem plötzlichen Ausbruch, bei dem sich der Jugendliche Frakturen der Hand zuzog, weil er ungebremst gegen eine Wand schlug: „Ich versteh’ das nicht, ich habe mich einfach umgedreht und ich, sagen wir es mal so, ich habe ihn verfehlt.“ Der Jugendliche berichtet später, dass es ihm Angst macht, dass er so einfach „ausklinkt“, wenn der „Stresspegel ansteigt“.

Die „intrinsischen Täter“ neigen zu negativen Projektionen (vgl. z. B. Lösel und Bliesener 2003, Crick und Dodge 1994). Sie lassen häufig ein sehr negatives Selbstbild erkennen und können ihre (unbewusst) gegen sich selbst gerichteten Aggressionen nur schlecht ertragen, schreiben sie deshalb einem anderen zu und bekämpfen sie dort. Das Opfer spielt also nur insofern eine Rolle, als dass es als Projektionsfläche für den Täter zur Verfügung steht, der ihm unbewusst sein eigenes negatives inneres Bild gleichsam „überzieht“ und mit dieser Externalisierung im „Außen“ bekämpfbar macht. So kann der Täter seine innere Spannungen loswerden kann. Das Motiv der Tat ist oft (auch unbewusst) Rache (Körner 2007).

„Manchmal gibt es sogar Augenblicke, ich sag ihm „Was guckst du?“ und der dreht sich einfach um und ich geh’ zu ihm „Was guckst du?“ noch mal. Also ich will Streit, ich suche Streit, ich will ihn Schlagen.“

Ein Jugendlicher beschreibt die Situation, in der er Lust hat auf eine Schlägerei: „Komm, lass mal Schlägerei machen. Ja, mit wem? Egal, der nächste der kommt.“

Die scheinbare Vernichtung der (vermeintlichen) Quelle ihres Unwohlseins durch (teilweise extreme Formen der) Gewalt, geht oft mit Kontrollverlust und manchmal mit Dissoziation einher:

„Das ist wie so ’ne Glocke, ich fühle dann nichts mehr. (...) Ich habe Angst, dass ich so mal einen umbringe.“

„Ich fühle dann nicht, ist alles weiß um mich, ich will eigentlich nur töten.“

„Mein Körper macht das dann.“

Häufig berichten Klienten auch von einer lustvollen Erfahrung und Erleichterung während des Schlagens.

„Ich weiß, dann noch ein Schlag und dann ist gut...“

„Manchmal ich such selber Streit so. Ich hab Bock auf Schlägerei. Ich will einfach so Schläge, keine Ahnung. Ich will einfach. Macht mir Spaß.“

Nach der Tat fühlt sich dieser Jugendliche zunächst erleichtert, später folgt manchmal auch Angst vor eigenen Aggressionen und ein starkes Schuldgefühl. Der „intrinsische Täter“ ist i. d. R. zu einem gehobenen und autonomen moralischen Urteil fähig (vgl. Weyers 2004, Sutterlüty 2003).

Vom reaktivem zum intrinsischen Motiv

Auch wenn die vermeintlich dichotome Teilung des affektiven Motivs zur Auflösung vieler Widersprüche dienen kann, die sich aus wissenschaftlichen Untersuchungen ergeben, ist sie eine dimensionale und keine kategoriale Unterteilung, d.h. der Übergang vom reaktiven zum intrinsischen Motiv ist fließend. Je mehr die negative Projektion des Täters zunimmt, desto mehr nimmt die unmittelbare Beteiligung des Opfers ab. Die oben skizzierten Motive, sind zum

besseren Verständnis etwas zugespitzt und in der Praxis viel seltener zu beobachten, als die Mischformen.

Es könnte sich zutragen, dass sich ein Jugendlicher von einer beleidigenden Geste oder einer Bemerkung sehr provozieren lässt und darauf überraschend aggressiv reagiert. Die Interaktion allein scheint die affektive Reaktion nicht zu rechtfertigen. In diesem Fall könnte es sich um eine negative Projektion handeln, die der Täter dem Opfer zuschreibt und dort ggf. mit Gewalt bekämpft. Das Opfer wäre also nicht völlig willkürlich ausgesucht, sondern stellt eine direkte Interaktion her und provoziert den Täter (der reaktive Anteil), der aber bewertet das als unaushaltbare Kränkung, der ein ungesteuerter aggressiver Angriff folgt, der von außen möglicherweise kaum nachzuvollziehen ist (intrinsischer Anteil). Eine eindeutige Zuordnung zu einem der beiden Motive ist in der Praxis folglich nicht in jedem Fall möglich.

Ziele in der Arbeit mit Klienten, die überwiegend instrumentell gewalttätig werden

Klienten, die instrumentell handeln, müssen vorrangig lernen die Konsequenzen für sich und andere zu antizipieren. Affektkontrolle ist nicht der Fokus in der Arbeit mit solchen Tätern, vielmehr muss es darum gehen, mit ihnen im Sinne einer Kosten-Nutzen-Rechnung abzuwägen, ob sich aggressiv-delinquentes Verhalten für sie lohnt. Da instrumentell motivierte Täter häufig durchaus in der Lage sind in Konfliktsituationen abzuwägen und nachzudenken, können hier auch Aufsicht, Kontrolle und Strafe zu sozial erwünschtem Verhalten (allerdings nicht zu psychosozialer Fortentwicklung) führen.

Urteilen die Täter auf präkonventionellem moralischem Niveau, kann ein weiterer Schwerpunkt die Entwicklung sozial bezogener Handlungsziele und die Nachreifung von Perspektivenübernahme und Mentalisierungsfähigkeit sein. Dies ist die Voraussetzung, um zu einem Bewusstsein für moralische Situationen zu gelangen und zu lernen, soziale Situationen unter Einbeziehung der Interessen anderer Menschen zu beurteilen.

Ziele in der Arbeit mit Klienten, die überwiegend reaktiv gewalttätig werden

Mit Klienten, die auf Provokationen ungesteuert aggressiv reagieren, muss die Affektkontrolle fokussiert werden. Dazu müssen sie herausfinden, welche Situationen (oder Aspekte der Situationen) zu aggressiven Affektdurchbrüchen führen und welche individuellen Strategien im Umgang mit wutauslösenden Situationen hilfreich sein können.

Außerdem sollten sie lernen die Gefühle anderer richtig zu decodieren und ihre eigenen Gefühle wahrnehmen und verstehen zu lernen, um ihre Körpersignale ggf. als Hinweis auf drohende unsteuerbare Aggressionen zu nutzen. So können sie in ihrer Selbstwirksamkeit gestärkt werden und wirken dem Gefühl entgegen, dass sie der sich ihnen unvermittelt bemächtigenden Aggression nicht entgegenwirken können.

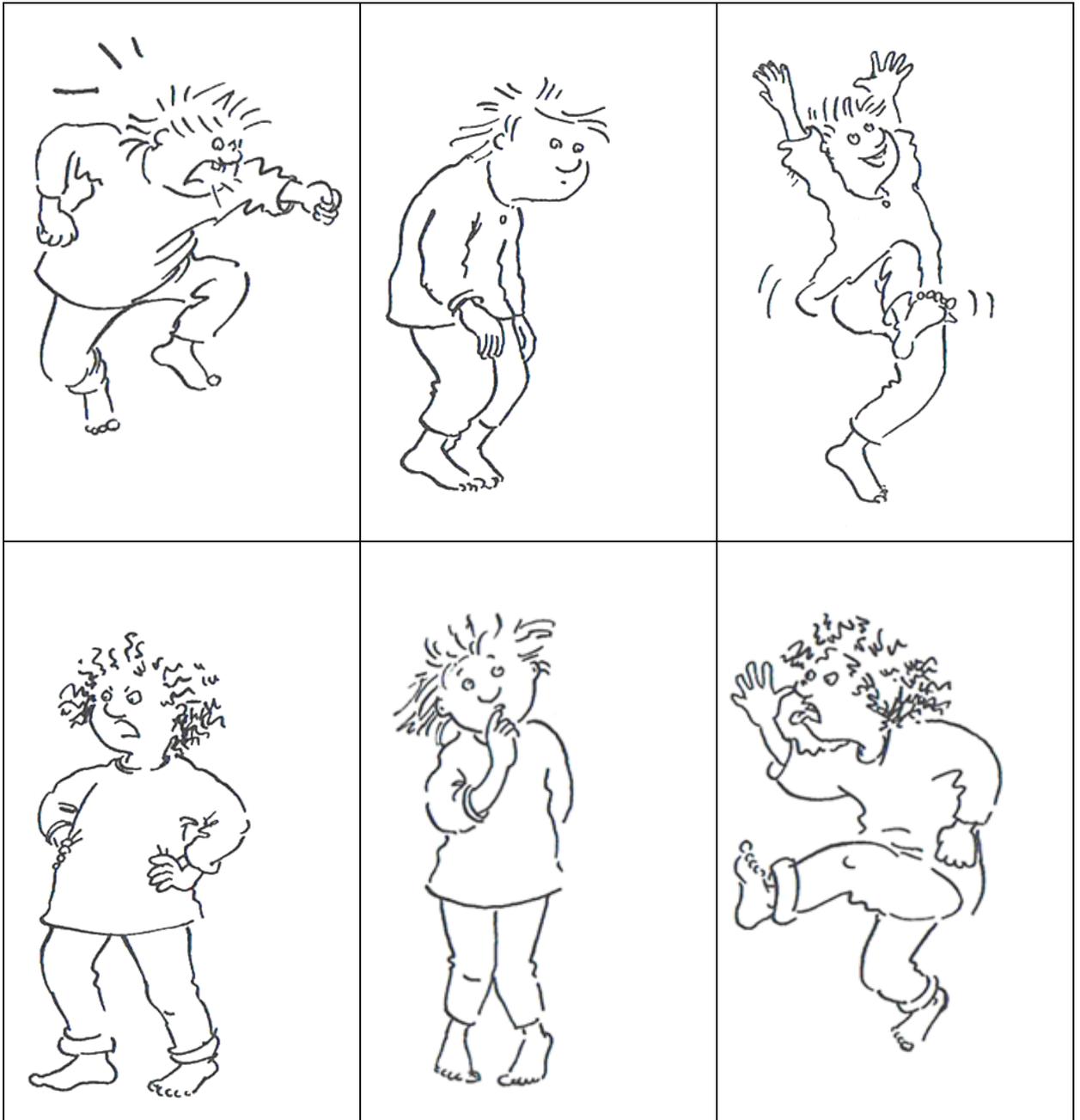
Ziele in der Arbeit mit Klienten, die überwiegend intrinsisch gewalttätig werden

Intrinsisch motivierte Klienten haben häufig einen hohen Leidensdruck, sind aber mit herkömmlichen pädagogischen Methoden oft nur schwer zu erreichen. Wider besseres Wissen handeln sie gewalttätig. Nicht selten sind sie retrospektiv über ihre eigene Brutalität entsetzt. Diese Täter brauchen vor allem einen klaren, haltgebenden Rahmen, innerhalb dessen sie korrigierende Beziehungserfahrungen mit einem „guten Erwachsenen“ machen können (dazu ausführlich bei Friedmann und Wolter, im Druck). Ziel wäre die Internalisierung eines guten Objektes. Die Selbstwertproblematik und die daraus entstandenen negativen Projektionen stehen vermutlich ebenso im Mittelpunkt der Arbeit mit diesen jungen Menschen, wie die Entwicklung von Strategien im Umgang mit Affektkontrollverlust und ggf. dissoziativen Zuständen.

Literatur

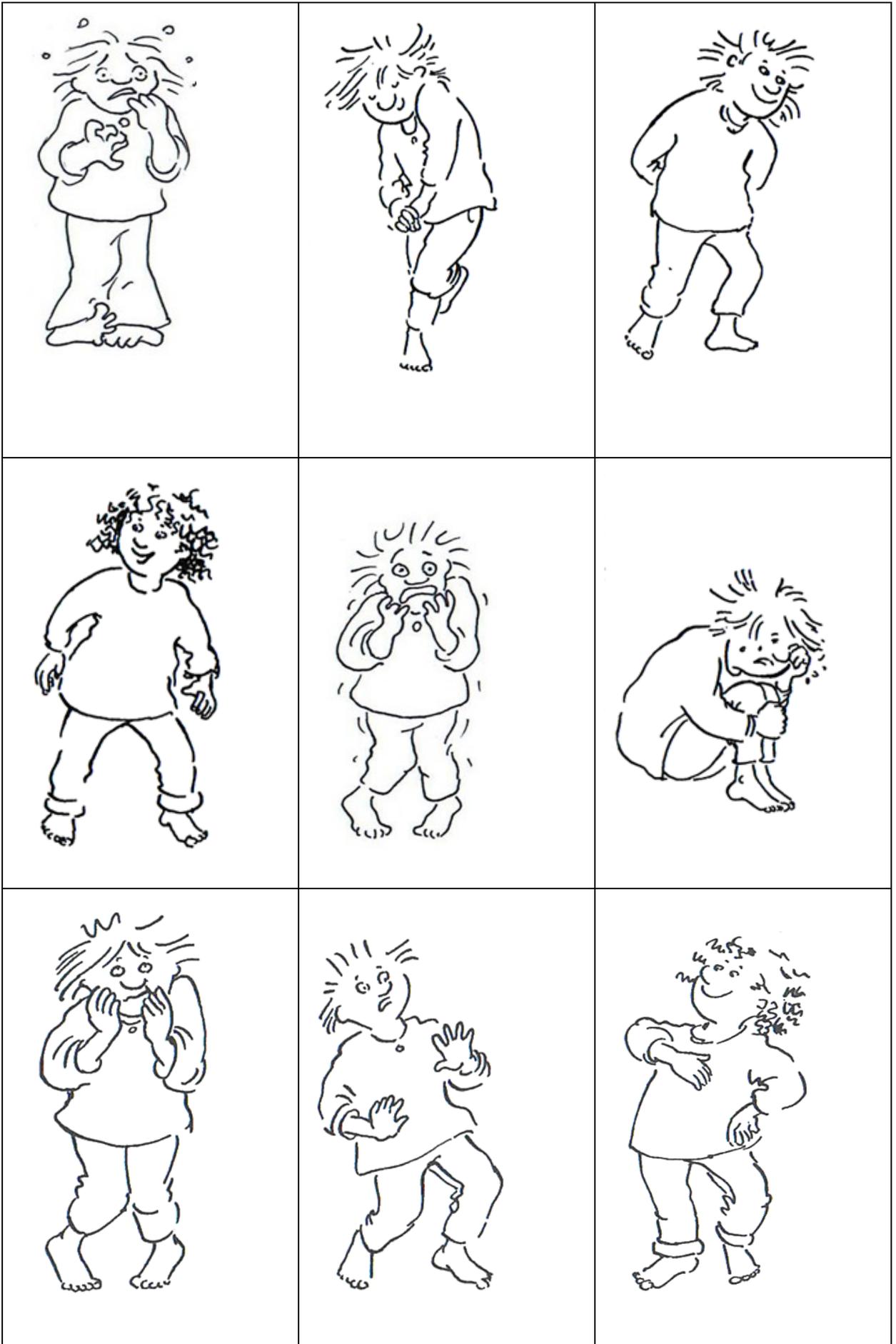
- Crick N. R. & Dodge K. A. (1994). A review and reformulation of social information-processing mechanisms in children's social adjustment. In: *Psychological Bulletin*, 115, 74-101.
- Friedmann R. (2010): Motive jugendlichen Gewalthandelns. In: DBH-Fachverband für soziale Arbeit, Strafrecht und Kriminalpolitik (Hrsg.): *Kriminalpolitik gestalten. Übergänge koordinieren – Rückfälle verhindern. Beiträge der 20. DBH-Bundestagung, Band 1. Köln*, 133-153.
- Hüther G. (2004). Destruktives Verhalten als gebahnte Bewältigungsstrategie zur Überwindung emotionaler Verunsicherung: ein entwicklungsneurobiologisches Modell. In: Streeck-Fischer, A. (Hrsg.), *Adoleszenz – Bindung – Destruktivität. Stuttgart*, 136 – 151: Klett-Cotta.
- Körner J. (2007). Gewalttätigkeit als soziales Handeln. In: *Zeitschrift für Sozialpädagogik (ZfSp)*, 5. Jg., 4/2007, 404-418.
- Lösel F. und Bliesener T. (2003). *Aggression und Delinquenz unter Jugendlichen. Untersuchungen von kognitiven und sozialen Bedingungen. München, Neuwied: Luchterhand.*
- Lück M., Strüber D. & Roth G. (2005) (Hrsg.), *Psychobiologische Grundlagen aggressiven und gewalttätigen Verhaltens. Hanse-Studien 5. Oldenburg: Eigenverlag der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg.*
- Mokros A. (2006). Facetten des Verbrechens. Entwicklung in der akademischen Täterprofilforschung. In: Musolff C. und Hoffmann J. (Hrsg.), *Täterprofile bei Gewaltverbrechen, Mythos, Theorie. Praxis und forensische Anwendung des Profilings. Heidelberg*, 129 – 148: Springer.
- Nunner-Winkler G. (2005). Soziohistorischer Wandel in der Struktur moralischer Motivation. In: Berger J. (Hrsg.), *Zerreißt das soziale Band? Beiträge zu einer aktuellen gesellschaftspolitischen Debatte, Frankfurt u. a.*, 77-117: Campus.
- Raine A. (2002). Annotation: the role of prefrontal deficits, low automatic arousal, and early health factors in the development of antisocial and aggressive behaviour in children. In: *Journal of Child and Psychology and Psychiatry*, 43/4, 417 – 434.
- Raine A., Brennan P. A. & Mednick S. A. (1994). Birth complications combined with early maternal rejection at age 1 year predispose to violent crime at the age 19 years. In: *Archives of General Psychiatry*, 51, 984 – 988.
- Roth G. & Strüber D. (2009). Neurobiologische Aspekte reaktiver und proaktiver Gewalt bei antisozialer Persönlichkeitsstörung und „Psychopathie“. In: *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie* 58, 587 – 609.
- Sevecke K., Krischer M., Walger P. & Flechtner H. (2006). Die Erfassung von Persönlichkeitsdimensionen der Psychopathy nach R. Hare bei der strafrechtlichen Begutachtung von Jugendlichen - Eine retrospektive Untersuchung zur Anwendbarkeit der Psychopathy-Checkliste als Version für Jugendliche (PCL-YV). In: *Der Nervenarzt*, 2006.
- Sutterlüty F. (2003). *Gewaltkarrieren. Jugendliche im Kreislauf von Gewalt und Missachtung. Frankfurt am Main: Campus.*
- Weyers S. (2004). *Moral und Delinquenz. Moralische Entwicklung und Sozialisation straffälliger Jugendlicher. Weinheim und München: Juventa.*

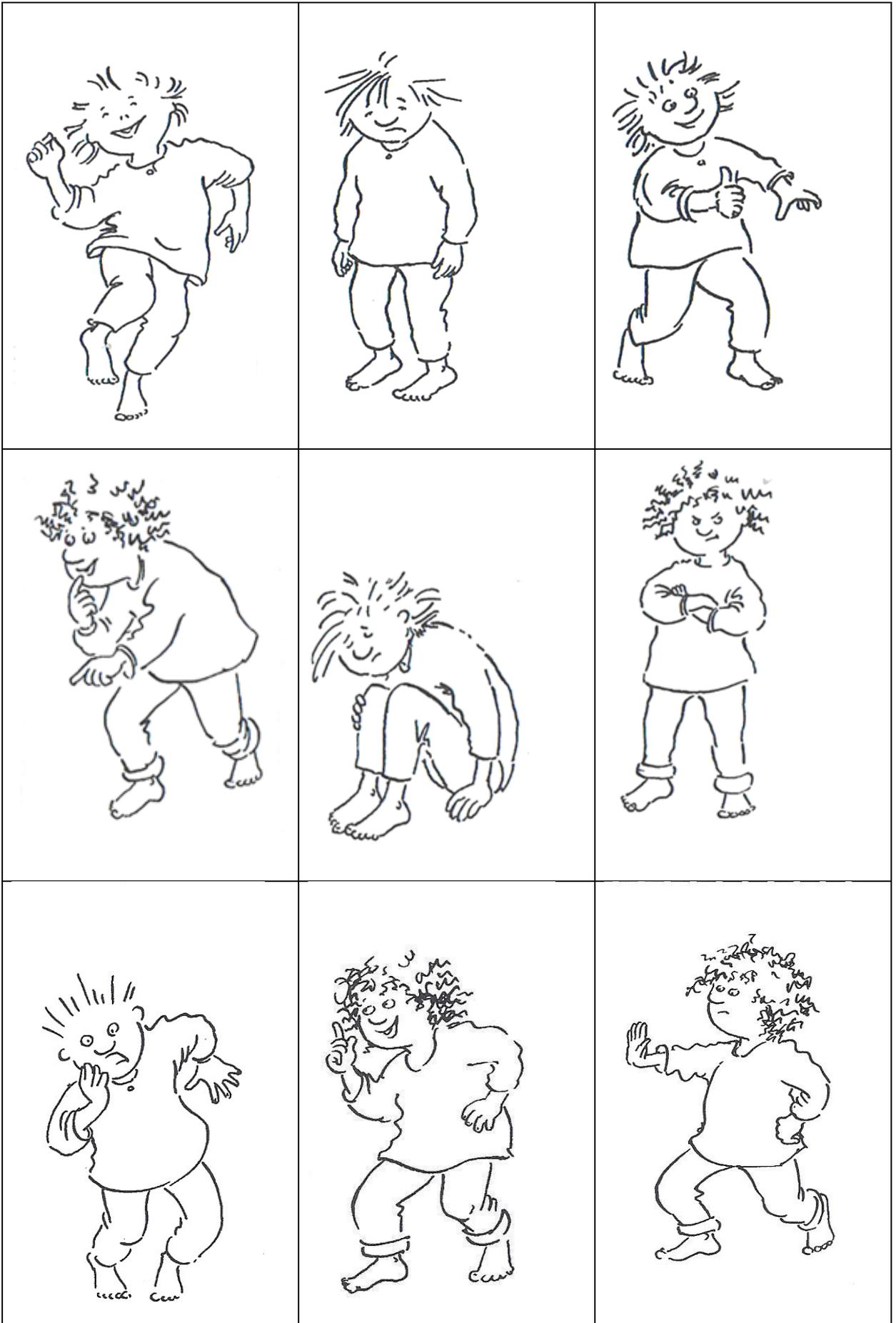
Gefühlsbilder als Kopiervorlage^{5,6}

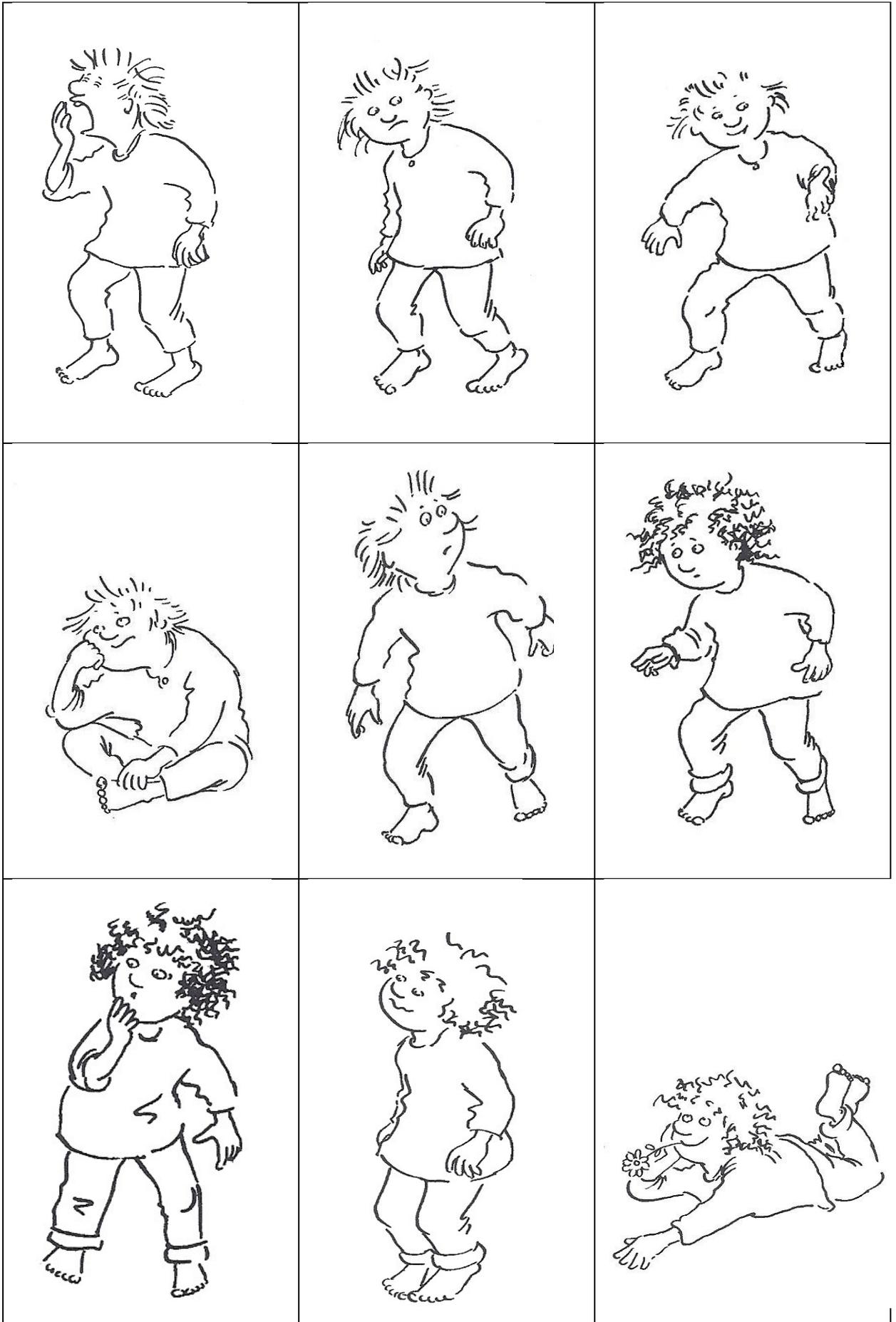


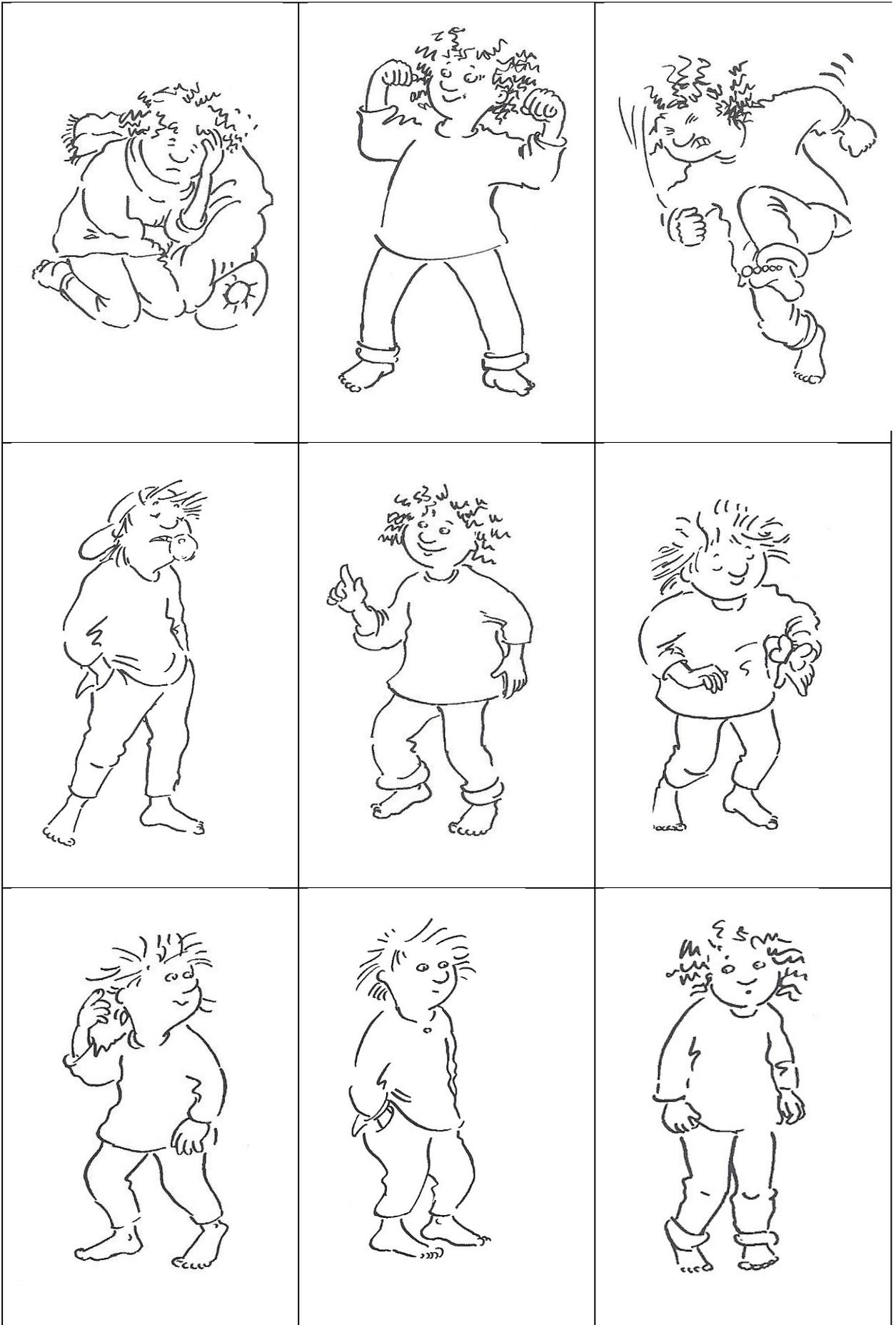
⁵ Aus: Jens Krabel (1998): Müssen Jungen aggressiv sein?. Verlag an der Ruhr, Mülheim und aus Ursula Reichling und Dorothee Wolters (1994): Hallo, wie geht es Dir? Gefühle ausdrücken lernen. Verlag an der Ruhr, Mülheim.
Abdruck- und Verwendungsrechte erworben von der Denkzeit-Gesellschaft e.V. für die Nutzung in den Denkzeit-Manualen.

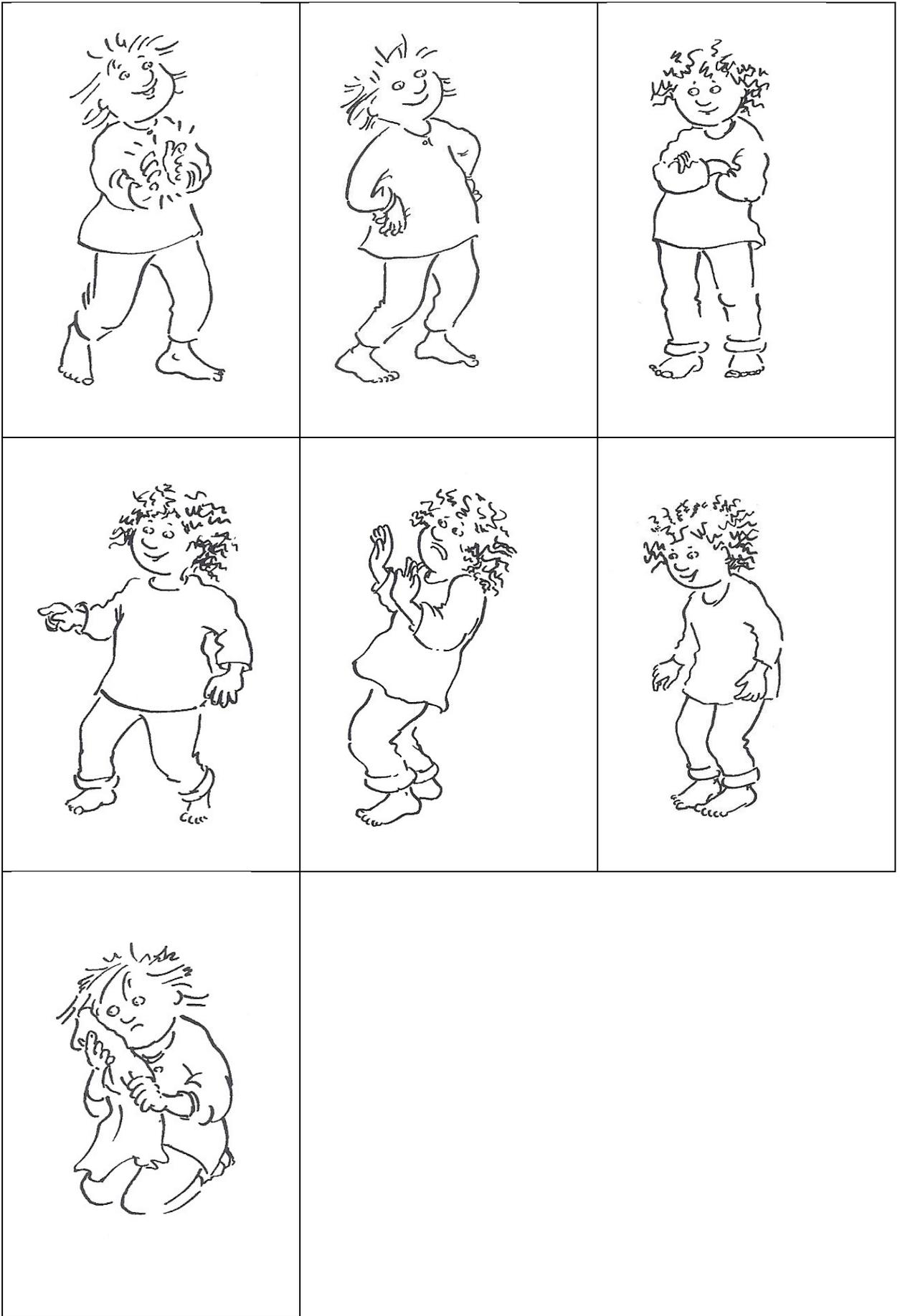
⁶ Bitte wählen Sie Bilder aus mit denen Sie arbeiten möchten. Mit allen Bildern zu arbeiten, würde den Klienten vermutlich überfordern.





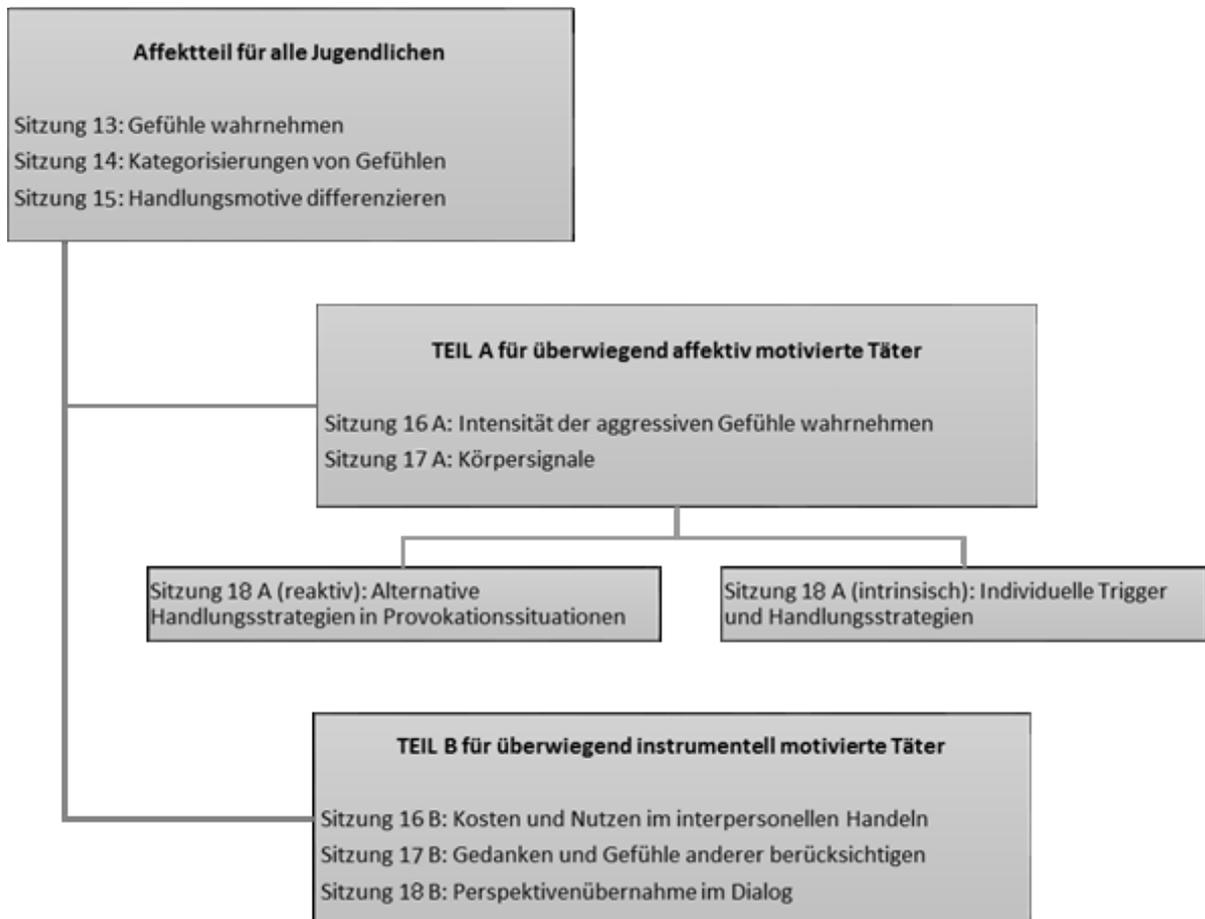






Aufbau des Moduls mit indikativem Algorithmus

Als Trainer/Trainerin entscheiden Sie bitte, welchem Ast dieses Algorithmus Sie in den nächsten Sitzungen folgen. Die ersten Sitzungen im Affektteil sollen dazu genutzt werden, sich ein Bild hinsichtlich des vorherrschenden Gewaltmotivs des jungen Menschen zu machen.



13. Sitzung: Gefühle wahrnehmen

Ziel dieser Sitzung ist es, den Klienten zu befähigen, unterschiedliche Gefühle differenziert wahrnehmen und verbalisieren zu können. Diese äußere Struktur wird idealerweise internalisiert und führt dann möglicherweise zu einer Bewusstwerdung.

Übung 1: Gefühle benennen

Der Klient soll verschiedene **Gefühle benennen**, die er kennt. Da der Erfolg daran sichtbar gemacht werden kann, welche Gefühle er nach Beendigung dieses Teils verbalisieren gelernt hat, notieren Sie die genannten Gefühle. Vermutlich wird der Klient frustriert sein, weil ihm klar ist, dass er weit mehr Gefühle kennt, als er in Worte fassen kann. In der nächsten Übung wird er bereits merken, dass er sehr viel mehr Gefühle kennt, als er glaubt.

Übung 2: Gefühle erkennen

Legen Sie dem Klienten die Gefühlskarten oder ähnliche Bilder vor, auf denen Gefühle (mindestens mimisch) dargestellt sind, und fragen Sie ihn, **welche Gefühle er kennt**. Vermutlich wird er sagen, dass ihm alle dargestellten Gefühle bekannt sind.

Er soll sich Zeit nehmen und **Worte zu den abgebildeten Gefühlen finden**. Bei der Mehrzahl der Karten wird er das voraussichtlich nicht schaffen.

Übung 3: Gedanken zuordnen

Bitten Sie ihn dann, sich **einige Karten rauszusuchen**, für die er kein Wort findet, und Ihnen zu **erklären, was die Figuren jeweils gerade denken könnten**. Eventuell ist es sinnvoll, wenn Sie die Karten für ihn raussuchen. Es ist wichtig, dass Sie versuchen herauszufinden, welches Gefühl er meinen könnte und die entsprechenden Worte anzubieten. Machen Sie deutlich, dass Sie verstehen, dass der Klient die Gefühle kennt, aber (noch) nicht darüber sprechen kann. Fragen Sie ihn, warum es wichtig sein kann, über Gefühle sprechen zu können.

Fragen Sie nach, aus welchen **selbst erlebten Situationen** er diese Gefühle kennt. Helfen Sie ihm immer wieder, konkrete **Worte für Beschreibungen seiner Gefühle** zu finden, und vergewissern Sie sich zum einen, dass er das Wort kennt, und fragen Sie zum anderen immer wieder nach, ob ihm das von Ihnen gewählte Wort passend erscheint.

Vermutlich wird der Klient stolz bemerken, dass er doch ziemlich viel über Gefühle sprechen kann und viele sehr unterschiedliche Gefühle kennt. Loben Sie ihn dafür.

Denkaufgabe: Der Klient soll zur nächsten Sitzung entweder aufschreiben, welche Gefühle er erlebt hat oder Sie geben ihm einen eigenen Satz Karten mit und er soll aussortieren, welche Gefühle er erlebt hat.

14. Sitzung: Kategorisierungen von Gefühlen

Ziel dieser Sitzung ist, dem Klienten aufzuzeigen, dass es verschiedene Gefühle gibt, die sich sehr ähnlich sind, während andere wieder gänzlich unterschiedlich sind.

Meist ist es schwer herauszufinden, in welche Kategorie sich ein Gefühl einordnen lässt, weil man in der Regel mehrere Gefühle gleichzeitig hat. Dennoch dient diese Strukturierung der inneren Orientierung.

Gehen Sie mit dem Klienten die Denkaufgabe durch. Helfen Sie ihm, die richtigen Worte für seine Gefühle zu finden. Fragen Sie ihn, ob er die Situationen beschreiben möchte, in denen er diese Gefühle erlebt hat.

Übung 1: Kategorisieren

Legen Sie dem Klienten die **Gefühlskarten** vor und bitten Sie ihn, diese zu sortieren. Lassen Sie ihn eine **Ordnung allein finden**. Danach erarbeiten Sie mit ihm gemeinsam die **Unterschiede** und lassen ihn so lange umsortieren, bis er selbst eine **sinnvolle Kategorisierung** erstellt hat (z. B. Angst, Wut, Trauer, Freude oder auch nur „gut“ und „schlecht“). Bei der Erklärung seiner Kategorien wird Ihre Hilfe notwendig sein, weil der Klient zwar fühlt, warum er die Kategorisierung so und nicht anders vorgenommen hat, das vermutlich aber nicht verbalisieren kann.

Übung 2: Körperwahrnehmungen

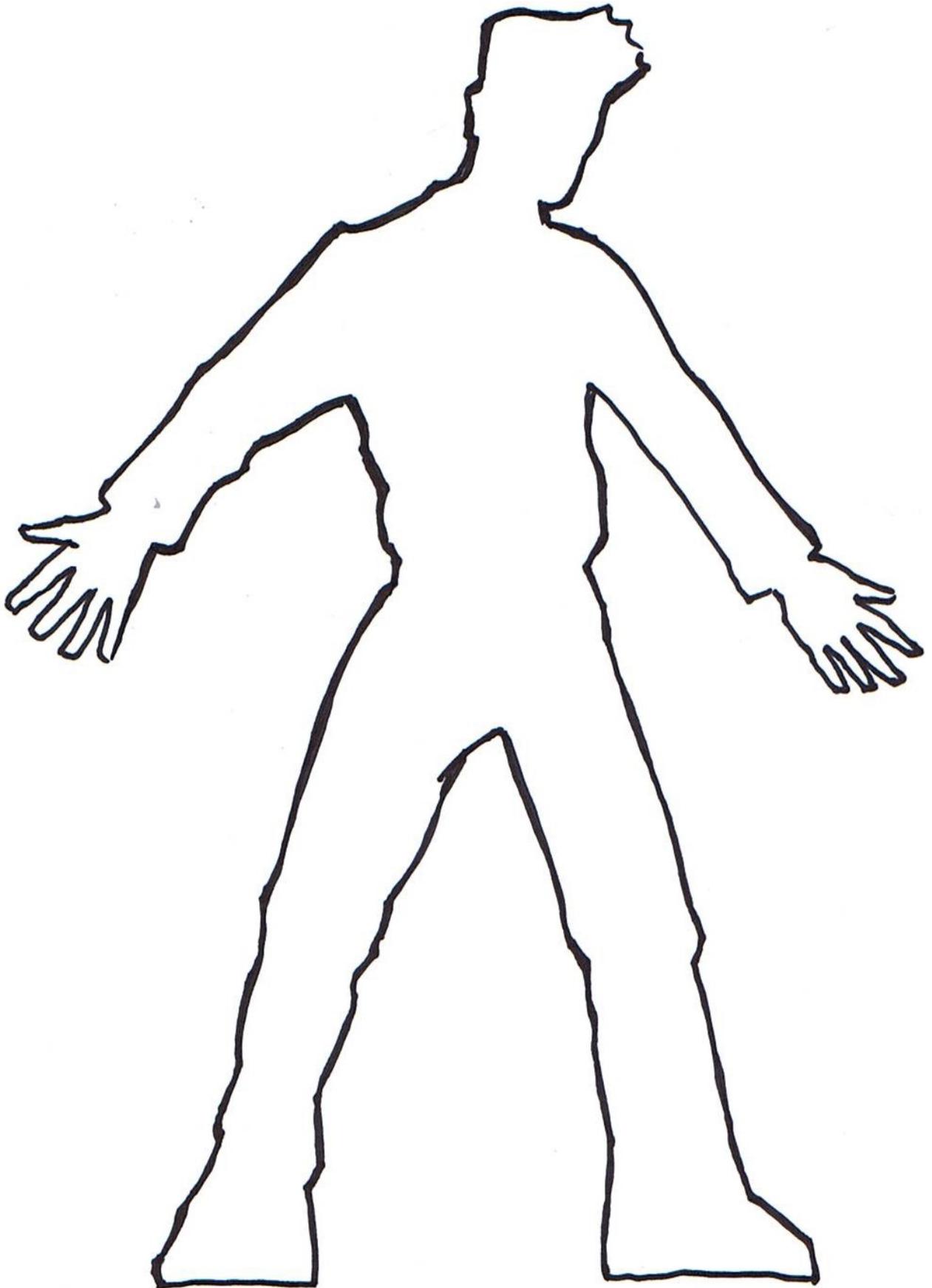
Legen Sie Ihr Augenmerk auf **kategorietyische Körperhaltungen** und machen Sie den Klienten darauf aufmerksam. Besprechen Sie, **wie sich welche Gefühle im Körper repräsentieren**. Ideal wäre, wenn der Klient verschiedene Gefühlswahrnehmungen beschreiben könnte. Einige Klienten sind dazu jedoch nicht in der Lage. Versuchen Sie ihm einzuhelfen so gut es geht, aber drängen Sie ihn nicht, wenn Sie merken, dass er keinen Zugang zu seinen Körperwahrnehmungen hat.

Übung 3: Körpergefühl und Gewaltausübung

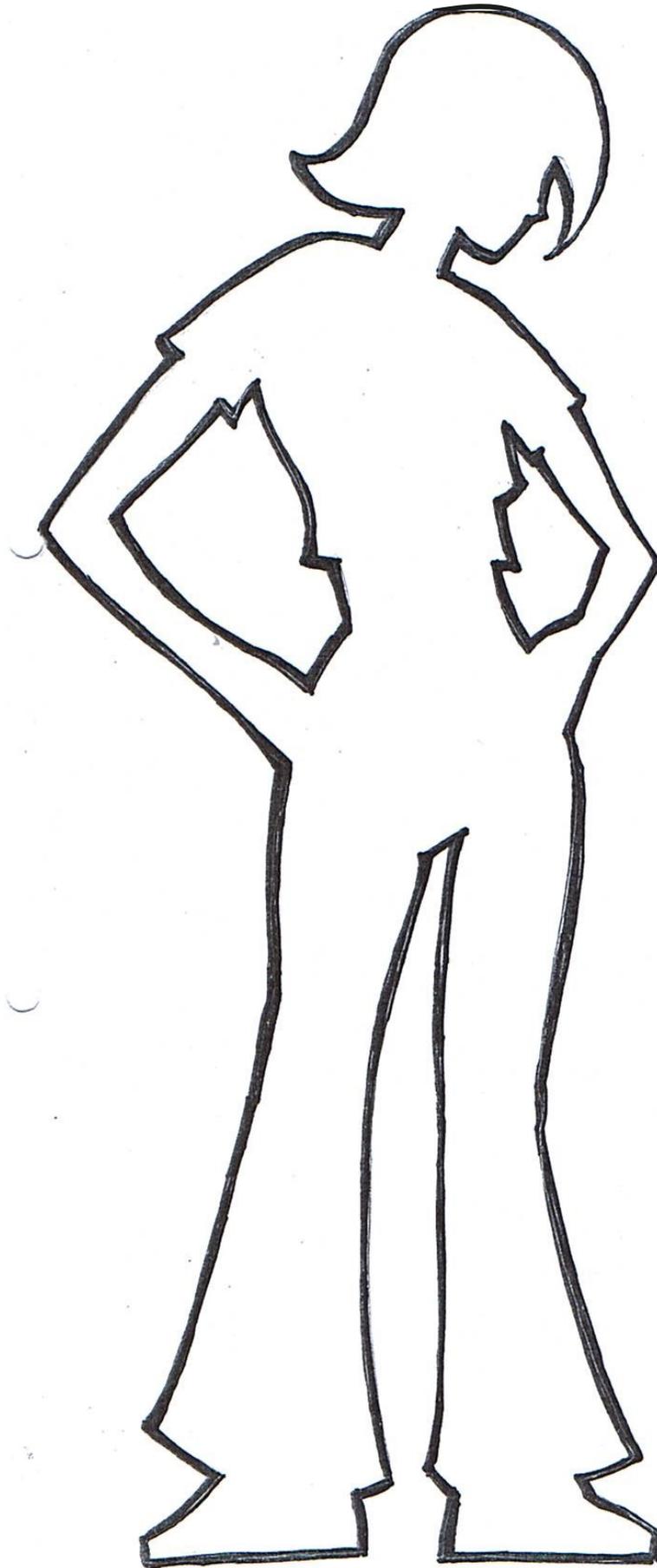
Versuchen Sie im Gespräch heraus zu finden, welche **körperlichen Wahrnehmungen** er bei sich beobachten kann, **bevor und während er Gewalt** anwendet. Beachten Sie dabei, dass nicht alle Klienten in Wut geraten, bevor sie zuschlagen. Sprechen Sie mit dem Klienten darüber, ob er seine **Körperempfindungen als Warnsignale** (z. B. vor eskalierender Aggressivität) nutzen kann.

Denkaufgabe: Geben Sie dem Klienten das Körperumrissbild mit und bitten Sie ihn, es entsprechend seiner Erfahrungen in Gewaltsituationen auszumalen. Beschränken Sie ihn dabei nicht zu sehr durch detaillierte Erklärungen.

Körperumriss, männlich



Körperumriss, weiblich



15. Sitzung: Handlungsmotive differenzieren

Ziel dieser Sitzung ist, dass der Klient ein Bewusstsein dafür entwickelt, dass sich Wut als Gefühl von gewalttätigem Handeln als Verhalten unterscheiden lässt und dass es verschiedene Motive von Gewalthandlungen gibt.

Machen Sie sich in dieser Sitzung ein möglichst klares Bild darüber, welche Übungen dem Klienten am ehesten helfen werden und fahren Sie dann in der nächsten Sitzung mit dem entsprechenden Teil (A oder B) fort.

Übung 1: Unterschied zwischen Wut und gewalttätigem Verhalten

Helfen Sie dem Klienten, **zwischen Wut als Gefühl und Gewalt als Verhalten unterscheiden** zu lernen. Erklären Sie ihm, dass dies zwei unterschiedliche Dinge sind; wenn man wütend ist, ergreift bei vielen Menschen der Wunsch Besitz von ihnen, gewalttätig gegen andere zu werden. Dieses Gefühl in Handlung schwappen zu lassen, ist ein Verhalten; es ist ein Weg, das Gefühl (meist ein aggressives, manchmal aber auch ein lustvolles) zum Ausdruck zu bringen.

Halten Sie diese Diskussion sehr kurz.

Übung 2: Beispiele für Wut und gewalttätiges Verhalten

Lesen Sie mit dem Klienten eine der folgenden Geschichten. Er soll **erkennen, welche Abschnitte von Wut und welche von Gewalt erzählen**. Fragen Sie ihn, ob er **selbst** schon mal eine **ähnliche Situation erlebt** hat, und arbeiten Sie mit ihm heraus, **wann die Wut zu gewalttätigem Verhalten** wurde, falls er aufgrund aggressiver Impulse gewalttätig wurde. Wenn nicht, regen Sie ihn an darüber nachzudenken, wie andere Menschen das erleben könnten. Seien Sie aufmerksam dafür, wie der Klient davon berichtet, dass er Gewalt anwendet.

Mohammed ist mit seinen Freunden auf dem Fußballplatz, als eine Gruppe anderer Jungen hinzukommt. Der Größte von ihnen, Daniel, sagt: „Hey, haut ab, ihr habt hier lang genug gespielt, wir wollen jetzt auch mal.“ Mohammed ärgert sich über die Art, in der der Junge mit ihm spricht und würde am liebsten eine Schlägerei anfangen, überlegt sich aber, dass er nicht schon wieder Ärger haben möchte. Er ballt die Hände in den Jackentaschen und erklärt, dass sie auch noch nicht lange spielen. Daniel geht auf Mohammed zu und schubst ihn an der Schulter: „Willst du sagen, dass du mit mir Stress willst, du Zwerg?“ Mohammed explodiert fast vor Wut und schubst Daniel so doll er kann, um ihm zu zeigen, dass er zwar kleiner ist, aber nicht schwächer: „Lass uns in Ruhe!“ Daniel tritt ein Stück näher und provoziert Mohammed weiter. Plötzlich fasst er in seine Jackentasche. Mohammed glaubt, dass er ein Messer darin hat und schlägt ihm mit der Faust in den Bauch. Als Daniel auf dem Boden liegt, kommen seine Freunde dazu und schreien Mohammed an. Der beschimpft die anderen daraufhin noch heftiger und schubst einen der Jungen zurück, der sehr nah auf ihn zugekommen war. Dieser schlägt Mohammed ins Gesicht. Eine Passantin hat die Situation beobachtet und die Polizei alarmiert, die wenige Augenblicke später da ist. Alle Jungen müssen mit auf das Polizeirevier.

Achmed sitzt in der S-Bahn auf dem Weg zu seinem Freund. Ein großer Junge sitzt ihm gegenüber und starrt lange in seine Richtung. Achmed wird sauer. Er ruft: „Was guckst du? Hast du Probleme?“ Der Junge antwortet nicht und guckt zur Seite. Achmed spricht ihn noch mal sehr unhöflich an. Der Junge tut so, als wenn nichts wäre und guckt aus dem Fenster. Achmed versucht sich zu beruhigen und überlegt, dass es für ihn nicht gut wäre, eine Schlägerei anzufangen, er hat aber Mühe, sich zu beruhigen, und stellt sich vor, was er am liebsten mit dem Jungen machen würde. Als er aussteigt, steigt auch der Junge aus. Achmed ist immer noch ein bisschen ärgerlich, rempelt ihn im Vorbeigehen an der Schulter an und sagt: „Hey, pass doch auf.“ Der Junge reagiert wieder nicht und geht weg. Achmed bleibt zurück und ärgert sich über sich selbst: Er hätte ihn doch auch einfach in Ruhe lassen können.

Übung 3: Gewalt ohne Wut

Lesen Sie dem Klienten folgende Geschichten vor und fragen Sie ihn nach seiner Meinung dazu. Regen Sie ihn zu einem Gespräch darüber an, ob er selbst auch schon mal **gewalttätig** war, **ohne wütend gewesen zu sein**.

Issa und Lennart liefen gerade entspannt im Einkaufszentrum herum, als sie sahen, dass ein kleiner Junge, mit einem neuen, teuren Smartphone telefonierte. Die beiden beschlossen, es ihm abzunehmen und machten dafür blitzschnell einen guten Plan. Sie verfolgten den Jungen zunächst und warteten geduldig ab, bis er zu Ende telefonierte hatte. Dann sprachen sie ihn an und forderten ihn auf, ihnen das Telefon geben, denn sie müssten dringend jemanden anrufen. Als er nicht darauf einging, packte ihn Lennart und hielt ihn fest. Issa schlug ihn zur Warnung und nahm ihm schließlich das Handy ab. Dann gingen sie weg, ohne weitere Gedanken an den Jungen zu verschwenden.

Aaron und Antonio hatten beim Spielen verloren und brauchten dringend Geld, um ihre Schulden zu bezahlen. Sie beschlossen, einen Zeitungsladen zu überfallen, weil sie wussten, dass dort meist eine ältere Frau arbeitete. Als sie im Laden ankamen, trafen sie aber auf einen jungen Mann hinter der Kasse. Sie entschieden sich es dennoch zu versuchen, bedrohten ihn mit einem Messer und verlangten, dass er ihnen das Geld aus der Kasse geben sollte. Als er sich weigerte, stachen sie ihm mit dem Messer in den Arm und nahmen das Geld aus der Kasse. Sie rannten weg und freuten sich über ihren Erfolg.

Daniel kommt mit dem wenigen Geld das ihm für seinen Monateinkauf zur Verfügung steht gerade so aus. Bei der Ausbildung hatte er eine Auseinandersetzung mit seinem Meister, die so weit eskaliert ist, dass in diesem Monat 2 Wochen Arbeitssuspendierung verhängt wurde. Jetzt steht ihm noch weniger Geld zur Verfügung. Er ist darüber sehr frustriert und beschließt Pascal seinen Tabak abzuziehen. Dieser hatte gerade ein Geburtstagspäckchen von seiner wohlhabenden Familie erhalten. Pascal ist viel schwächer als Daniel und geht jedem Konflikt aus dem Weg – er wird sich also ohnehin nicht wehren, so dass es nicht zu einem Problem kommen wird.

Übung 4: vorherrschendes Handlungsmotiv

Lesen Sie dem Klienten die **Handlungsmotiv-Karten** (Friedmann 2015⁷) vor und bitten Sie den Klienten bei jeder Karte zu entscheiden, ob er (1) sehr ähnlich ist wie derjenige der beschrieben wird oder (2) ähnlich oder (3) etwas anders oder (4) völlig anders ist. Nutzen dafür bei Bedarf die Vorlage.

Kommen Sie mit dem Klienten darüber ins Gespräch, aus **welcher Motivation (eher affektiv oder eher instrumentell)** er am ehesten zuschlägt/zuschlagen würde. Bleiben Sie im Gespräch nah an

⁷ Friedmann R. (2015): Praxisrelevante Differenzierung der Handlungsmotive von Gewalttätern, unv. Dissertation, Humboldt-Universität zu Berlin

den Erfahrungen des Klienten, um nicht in generelle Spekulationen über die Beweggründe anderer Menschen zu geraten. Finden Sie gemeinsam eine **Bezeichnung für das instrumentelle Motiv und das affektive Motiv**.

Die Inhalte der Motivkarten Max, Steffen, Benny und Alex lassen auf eine intrinsische (also affektive) Motivation schließen, die Motivkarten René, Hendrik, Rafael und Felix geben inhaltlich das (ebenfalls affektive) reaktive Motiv wieder. Bei den Karten zu Tom, Paul, Kevin und Andy handelt es sich um instrumentelle Motivation.

In der Übung geht es darum mit dem Klienten spielerisch ins Gespräch über seine Motivation zu kommen, nicht um eindeutig „richtige“ oder „falsche“ Zuordnungen. Die Karten dienen als Hilfsmittel. Sollten die Ergebnisse nicht eindeutig sein, vergewissern Sie sich im Gespräch mit dem Klienten, um zu einer Entscheidung zu gelangen, mit welchem Teil des Manuals sie fortfahren.

Denkaufgabe: Bitten Sie den Klienten darüber nachzudenken, ob und wann er „kaltblütig, überlegt, planvoll“ zugeschlagen hat und wann „heißblütig, aus dem Affekt heraus“.

Selbsteinschätzungsbogen zu den Handlungsmotiven

sehr ähnlich	
ähnlich	
etwas anders	
völlig anders	

Handlungsmotivkarten

<p>Tom saß mit seinen Freunden im Park und langweilte sich ein bisschen. Als ein Junge mit drei Pizzakartons vorbei kam, nahm er ihm einen davon weg.</p>	<p>Wenn Steffen durch die Straßen ging, dann kamen ihm manchmal Leute entgegen, die er einfach nicht leiden konnte. Dann genügte es, dass einer von denen irgendeine Bemerkung machte und Steffen schlug zu.</p>
<p>Max fuhr mit der U-Bahn. Ihm gegenüber saß ein Jugendlicher, der „guckte schon so“. Max wusste sofort, dass der ihn nur provozieren wollte und griff ihn an.</p>	<p>Paul war bei einem Kumpel, der zum Geburtstag einen neuen iPod geschenkt bekommen hatte. Er selbst hatte einen, der genauso aussah und auch ganz neu war, nur weniger Speicher hatte. Als er nicht beobachtet wurde, tauschte er den iPod aus.</p>
<p>Kevin brauchte dringend Geld. Er kannte eine Mitschülerin, die von ihren Eltern richtig viel Taschengeld bekam. Er überlegte, ihr davon etwas weg zu nehmen.</p>	<p>Alex war richtig schlecht drauf, er hoffte, dass er einen Anlass bekommen würde, um eine Schlägerei zu beginnen. So hätte er sich abreagieren können.</p>
<p>Felix stand auf dem Bahnhof und sah eine Gruppe von Jugendlichen zusammen stehen und lachen. Sofort wusste er, dass sie über ihn lachen. Felix wurde sehr wütend.</p>	<p>Benny fühlte sich von einem anderen Jugendlichen provoziert und schlug ihn deshalb nieder. Als der andere am Boden lag, fühlte er sich im ersten Moment richtig erleichtert.</p>
<p>Rafael wollte zu einer Verabredung, als sich ihm ein anderer Jugendlicher in den Weg stellte und ihn bedrohte. Rafael war darüber sehr verärgert und schubste den anderen Jugendlichen mit aller Kraft weg.</p>	<p>René schlug sich eigentlich nicht gern, aber wenn er wiederholt provoziert wurde, rastete er aus.</p>
<p>Andy chillte gerade mit seinen Freunden im Park, als ein Junge vorbei kam, der mit zwei Handys beschäftigt war. Sie zogen ihm eines ab.</p>	<p>Henrik hatte einen Jugendlichen niedergeschlagen, weil der seine Familie beleidigt hatte. Danach fühlte er sich gut, hatte aber später ein schlechtes Gewissen.</p>

**Teil A: für überwiegend affektiv
motivierte Täter**



16. Sitzung (Teil A): Intensität der aggressiven Gefühle wahrnehmen

In dieser Sitzung soll der Klient Strategien entwickeln, eigene aggressive Gefühle in ihrer verschiedenen Intensität zu erkennen und zum Ausdruck zu bringen.

Machen Sie dem Klienten bewusst, dass Wut verschiedene Intensitätsgrade haben kann. Jede Intensität wird anders erlebt und wir können jeden Grad anders benennen. Verdeutlichen Sie dem Klienten, dass es sehr nützlich sein kann, zwischen den verschiedenen Graden von Wut zu differenzieren. Wenn wir geringe Grade von Wut verspüren, können wir dies als eine Art Warnung sehen und etwas dagegen tun; wir vermeiden dann, uns womöglich in immer extremere Wut hineinzusteigern und gar gewalttätig zu werden. Der Klient denkt über seine Wutgefühle vermutlich in einer einfachen Alternative: Entweder ist er wütend oder er ist es nicht. Und: Junge Menschen, die gewaltbereit sind, empfinden Wut und Gewalt oft als ein und dieselbe Sache.

Beachten Sie, dass Situationen nicht kategorial zugeordnet werden können, sondern deren Bewertung unmittelbar mit dem aktuellen Stressniveau verbunden sind. Eine heftige Provokation kann an einem Tag an dem man sich grundsätzlich gelassen fühlt eher „grüne Wut“ auslösen, wohingegen sie an einem Tag an dem das Stressniveau ohnehin hoch ist, zu „roter Wut“ führen kann.

Übung 1: Aggressive Gefühle sortieren

Lassen Sie den Klienten die **aggressiven Gefühle** aus den Gefühlskarten raussuchen und **in eine Reihenfolge** legen – von sehr wenig bis sehr stark. Geben Sie ihm Zeit ohne sein Handeln zu kommentieren oder zu unterbrechen. Lassen Sie sich ggf. das **Ergebnis erklären**.

Übung 2: Intensität von Aggression

Erklären Sie dem Klienten, dass **Wut unterschiedlich intensiv** sein kann. **Ampelfarben** haben sich hierbei bewährt, denn Klient erleben oft einen Teil der aggressiven Gefühle als durchaus angemessen (grün), eher gefährlich nah an der Unkontrollierbarkeit (gelb) oder absolut unkontrollierbar (rot). Legen Sie ihm **verschiedenfarbige Blätter** vor und lassen Sie ihn seine **Gefühlskarten-Reihenfolge darauf legen**.

Übung 3: Worte für aggressive Gefühle finden

Der Klient soll **verschiedene Worte für aggressive Gefühlen nennen**, die er kennt (z. B. ärgerlich, reizbar, wütend). Wenn ihm das schwerfällt, lassen Sie sich Geschichten erzählen, in denen er verschiedene Aggressionen erlebt hat oder finden Sie Beispiele. Am besten eignen sich Situationen, die Ihnen der Klient in früheren Sitzungen beschrieben hat. Helfen Sie möglichst viele Worte zu finden und **schreiben sie diese auf Kärtchen**, die Sie nach seiner Anweisung **auf die grünen, gelben, roten Papiere** legen/heften/schreiben.

Übung 4: Fünf Wut auslösende Situationen

Lassen Sie sich vom Klienten ca. **fünf Situationen** nennen, **in denen er wütend war**. Diese Beispiele sollten Situationen beschreiben, in denen er mit der Polizei oder Schule etc. in Schwierigkeiten geraten war. Notwehrsituationen sind nicht sehr nützlich. Bitten Sie ihn die Situationen hinsichtlich der **Intensität (grün, gelb, rot) einzuschätzen**. Weisen Sie darauf hin, dass die gleiche Situation, je nach Stressniveau, unterschiedliche aggressive Antworten zur Folge haben kann.

Denkaufgabe: Der Klient soll mit jemandem über die Intensität von Wut sprechen und sich deren/dessen Beispiele von grüner, gelber, roter Wut-Situation erzählen lassen.

17. Sitzung (Teil A): Körpersignale

Ziel dieser Sitzung ist, dass der Klient lernt, seine Gefühle bestimmten körperlichen Signalen zuzuordnen. Das könnte ihm helfen, sich früher einer drohenden unkontrollierbaren Situation zu entziehen. Darüber hinaus nimmt er so seine Gefühle als Teil von sich und nicht als eine fremde Kraft wahr.

Übung 1: Körpersignale

Gehen Sie zurück zu den fünf Beispielen, in denen der Klient wütend war, und fragen Sie ihn, **wie sich sein Körper angefühlt hat**. Gab es **Unterschiede zwischen den verschiedenen Situationen** hinsichtlich des Körpergefühls?

Erklären Sie, dass es wichtig ist, Wut meist an **Körpersignalen** erkennen zu können. An ihnen können wir vorweg erkennen, welche Gefühle zu Gewalt führen und welche Gefühle nicht zu Gewalt führen. Wenn wir in der Lage sind, diese Gefühle durch unsere Körpersignale ausfindig zu machen, können wir uns davor bewahren, mit Gewalt zu reagieren. Machen Sie deutlich, **warum es wichtig ist Körpersignale wahrzunehmen**. Wut kann mit dem Gefühl einhergehen, durcheinander zu sein, unerträgliche Spannung zu verspüren, zu schwitzen, zu zittern etc. Fragen Sie den Klienten, ob ihm einfällt, **wie er sich fühlt, wenn er wütend** ist.

Beachten Sie, dass es Klient gibt, die keinen Zugang zu ihrer Körperwahrnehmung haben. Andere erklären sich Gefühlszustände im Nachhinein, indem sie die Erinnerung an Verhalten nutzen (z. B. Hände zu Fäusten geballt = ich muss wütend gewesen sein).

Entscheiden Sie nach der letzten Übung dieser Sitzung, ob es sich eher um einen reaktiven oder eher um einen intrinsisch motivierten Täter handelt und fahren Sie mit der entsprechenden Sitzung fort.

Übung 2: Wutauslösende Situationen

Finden Sie im Gespräch heraus, **welche Aspekte einer Situation** den Klienten (an „normalen“ Tagen) **besonders wütend machen**. Ziel ist zu einer Generalisierung zu gelangen.

Für jede Situation sollte der Klient kurz

- den **Grad seiner Wut** an einem „normalen“ Tag einschätzen (schwach, mittelstark, sehr stark, bzw. grün, gelb, rot)
- Vermutungen über seine **Körperwahrnehmung** anstellen

Sie können dazu auch die Kärtchen mit den unten stehenden Beispielen (nächste Seite) auf die grünen, gelben, roten Papiere legen lassen.

- Als einziger eine Strafe erhalten, während die anderen ungestraft davonkommen.
- „Lügner“ genannt werden.
- Die ganze Seite Ihres Blocks hat Einschluss, weil einige ihrer Mitinsassen erneut Lebensmittel aus dem Fenster geworfen haben.
- Sie sind mitten in einer Auseinandersetzung und Ihr Gegenüber nennt Sie „Schleimer“.
- Leute, die denken, sie hätten immer recht.
- Beobachten, wie sich jemand an einem körperlich Schwächeren vergreift.
- Sie sprechen mit jemandem, bekommen aber einfach keine Antwort.
- Ihr Zellennachbar unterhält sich am Fenster laut mit einem anderen Insassen im Nachbarhaus.

- In einem Streit von jemandem geschubst/gestoßen werden.
- Jemand macht einen Fehler und beschuldigt Sie.
- Sie versuchen, sich zu konzentrieren, und jemand hört nicht auf, mit seinem Fuß auf die Erde zu klopfen.
- Der Zellennachbar hört den ganzen Tag laut Radio oder immer nur die eine CD.
- Sie werden vor anderen für etwas stark kritisiert.
- Sie verborgen etwas Wichtiges und bekommen es nicht zurück.
- Sie hören, dass irgendjemand behauptet hat, Sie in einer Schlägerei besiegt zu haben.
- Der Antrag für Ihren bestellten Fernseher wurde nicht weitergeleitet, sodass Sie einen weiteren Monat auf das Gerät warten müssen.
- Sie kommen von der Arbeit/ Schule/ Maßnahme in Ihre verwüstete Zelle. Der Bedienstete sagt Ihnen, dass es allgemeine Kontrollen gegeben hat und Sie Ihre Zelle wieder aufräumen sollen
- Ihnen wird der Besuch/die Hofpause gestrichen, weil aufgrund einer Grippewelle zu wenig Personal da ist
- Ein Dritter beteiligt sich an einem Streit, der zwischen Ihnen und einem anderen läuft.
- Sie laufen an einer kleinen Gruppe von Leuten vorbei und sie machen Sie nach.
- Jemand macht einen Witz über Sie.
- Sie werden angestarrt.
- Ihre Freundin verlässt Sie wegen eines anderen.
- Ihre Mutter wird beleidigt.
- Ein Mitinsasse hat eine schlimmere Straftat begangen, aber eine geringe Strafe erhalten.

Übung 2: Eigene Sensibilität erkennen

Finden Sie im Gespräch heraus, welche **Aspekte einer Situation** den Klienten (an „normalen“ Tagen) besonders wütend machen. Ziel ist zu einer **Generalisierung** zu kommen, um dem Klienten in einem weiteren Schritt (Übung 3) deutlich werden zu lassen, **welche Situationen besonders gefährlich** für ihn und andere sind.

Übung 3: Auslösereize

Kommen Sie mit dem Klienten darüber ins Gespräch, welche Auslösereize für starke Wut es bei ihm gibt. Helfen Sie ihm bestmöglich ein und erzählen Sie ggf. von sich und anderen Menschen, die Sie kennen.

Häufig genannt werden:

- Grenzverletzungen
- Provokationen
- Demütigung/Beschämung
- Ungerechtigkeiten
- Überlastungssituationen
- Schuldgefühle

Denkaufgabe: Der Klient soll darüber nachdenken und drauf achten, welche Situationen bei ihm starke Wut auslösen (solange er dadurch nicht in die Gefahr gerät gewalttätig zu werden).

Wutauslösende Situationen, Karten

Als einziger eine Strafe erhalten, während die anderen ungestraft davonkommen.	Sie sprechen mit jemandem, bekommen aber einfach keine Antwort.	Sie verborgen etwas Wichtiges und bekommen es nicht zurück.	Sie hören, dass irgendjemand behauptet hat, Sie in einer Schlägerei besiegt zu haben.	Sie laufen an einer kleinen Gruppe von Leuten vorbei und sie machen Sie nach.
„Lügner“ genannt werden.	In einem Streit von jemandem geschubst/ gestoßen werden.	Von einem anderen gehänselt werden.	Sie stehen in einer Schlange und jemand drängelt sich vor.	Jemand macht einen Witz über Sie.
Sie sind mitten in einer Auseinandersetzung und Ihr Gegenüber nennt Sie „Schleimer“.	Jemand macht einen Fehler und beschuldigt Sie.	Jemand macht sich über Ihre Kleidung lustig.	Ein Lehrer sagt Ihnen, wie schlecht Ihre Arbeit sei.	Sie werden angestarrt.
Leute, die denken, sie hätten immer recht.	Sie versuchen, sich zu konzentrieren, und jemand hört nicht auf, mit seinem Fuß auf die Erde zu klopfen.	Leute, die ständig mit irgendetwas angeben.	Sie werden fälschlicherweise des Betruges bezichtigt.	Ihre Freundin verlässt Sie wegen eines anderen.
Beobachten, wie sich jemand an einem körperlich Schwächeren vergreift.	Sie werden vor anderen für etwas stark kritisiert.	Andere Leute reden hinter Ihrem Rücken über Sie.	Ein Dritter beteiligt sich an einem Streit, der zwischen Ihnen und einem anderen läuft.	Ihre Mutter wird beleidigt.

18. Sitzung (Teil A, reaktiv): Alternative Handlungsstrategien in Provokationssituationen

Ziel dieser Sitzung ist, dem Klienten zu verdeutlichen, dass Wut zwar ein normales Gefühl ist, das man aber durchaus steuern kann. Der Klient soll sich bewusst werden, dass er selbst etwas tun kann, um nicht gewalttätig zu werden. Außerdem soll er individuelle Strategien entwickeln, um mit seiner Wut umzugehen.

In der Sitzung werden verschiedene gewaltlose Handlungsalternativen vorgeschlagen, um mit dem Klienten herauszufinden, welche davon er in sein Handlungsrepertoire aufnehmen könnte und wann sie funktional einsetzbar sind. Eine davon ist das Ausmalen von Rache, wobei die Rached Gedanken eine entlastende Funktion haben sollen, d.h. Denken statt Handeln. Das Fantasieren kann einen Handlungsaufschub oder Handlungsersatz bedeuten. Überprüfen sie im Gespräch mit ihm, ob diese Grenzen stabil genug ist.

Übung 1: Alternative Handlungsmöglichkeiten in Wutsituationen

1. Schritt: Lassen Sie sich vom Klienten **alternative Lösungen** beschreiben, die **keine Gewalt** beinhalten. Helfen Sie dem Klienten, indem Sie Verbindungen herstellen zu den Situationen, in denen konstruktive Lösungen von ihm vorgeschlagen wurden. Ermutigen Sie den Klienten **viele Möglichkeiten** zu finden unabhängig davon, ob er sie anwenden kann. Ergänzen Sie seine Ideen und schreiben Sie diejenigen **auf Kärtchen**, die nicht im 2. Schritt vorgeschlagen werden.

2. Schritt: Stellen Sie ihm die unten **aufgelisteten Handlungsstrategien** vor (siehe Kärtchen).

- **Gehen Sie weg:** Wenn Sie wissen oder vermuten, dass Sie jeden Moment ausrasten werden, bewegen Sie sich von der Situation weg, um 'abzukühlen'.
- **Gehen Sie später auf den Streit ein,** wenn Sie darüber nachgedacht haben, was Sie eigentlich sagen wollten.
- **Reagieren Sie sich (kurze Zeit später) körperlich ab, ohne jemanden zu verletzen;** halten Sie die Situation in diesem Moment aus und gehen Sie dann so bald wie möglich zum Beispiel zum Sport.
- **Gehen Sie zu Freunden oder Familienmitgliedern:** Finden Sie jemanden, der Sie versteht, Sie jedoch nicht zu gewaltsamen Handlungen ermutigt, sondern Ihnen helfen kann, gewaltlose Alternativen zu finden.
- **Sagen Sie Ihre Meinung:** Wenn Sie Ihre Wut unter Kontrolle halten können, lassen Sie sich auf den Streit mit Worten ein. Je vernünftiger Sie auftreten, desto stärker und selbstbewusster gehen Sie aus dem Streit hervor.
- **Wenden Sie sich an eine einflussreiche Person:** Wenn Ihr Gegenüber das Gesetz bricht, Sie z. B. beschimpft, können Sie sich an die Polizei wenden, oder wenn z. B. ein Ausbilder oder Bediensteter Sie durch ungerechte Worte verletzt, können Sie sich an den Leiter der Einrichtung o.ä. wenden.
- **Richten Sie Ihren Blick geradeaus, wenn Sie angestarrt werden:** Sehen Sie die Person, von der Sie glauben, dass sie Sie anstarrt, nicht an.

- **Bleiben Sie ruhig, indem Sie sich in Gedanken eine Rache ausmalen**, sie aber nicht in die Tat umsetzen: Wenn Sie sehr aggressive Gefühle überkommen, können Sie sich durch Rachedgedanken Befriedigung verschaffen, ohne sie jedoch auszuführen und dadurch in Schwierigkeiten zu geraten.
- **Denken Sie an die Konsequenzen, bevor Sie mit Gewalt reagieren**: Z. B. nehmen Sie zwar Rache, geraten damit aber sicherlich in Schwierigkeiten, und je stärker Sie den anderen verletzen, desto größer werden Ihre Probleme.
- **Versuchen Sie Ihre Gefühle zu kontrollieren**: Wenn sich jemand über Sie lustig macht oder Sie anschreit, versuchen Sie Ihre Gefühle unter Kontrolle zu halten, indem Sie an etwas anderes denken oder sich sagen, dass Sie sich nicht provozieren lassen, sondern ruhig bleiben werden.
- **Sagen Sie dem Menschen, der Sie bedroht, anschreit, Sie provoziert oder Sie lächerlich macht, wie Sie sich fühlen**: Sie können diesem Menschen (ohne ihn zu provozieren) mitteilen, dass er Sie sehr wütend macht und Sie nicht gewalttätig reagieren wollen.
- **Wenn sie bemerken, dass es zu Frust kommt, der Sie in Spannung bringt, versuchen Sie die abzubauen**. Es kann helfen Sport zu treiben, Musik zu hören, sich abzulenken, kreativ zu sein, allein zu sein o. ä. Es gibt viele Möglichkeiten, um „runter“ zu kommen. Finden Sie diejenigen, die Ihnen helfen.

Übung 2: Individuelle Strategien

Finden Sie mit ihm gemeinsam raus, **welche der Lösungen ihm am meisten „liegen“**. Gehen Sie mit dem Klienten die gewaltlosen Strategien hinsichtlich schwacher, mittlerer und starker Wut durch und finden Sie mit ihm heraus, welche Möglichkeiten er anwenden könnte und welche nicht. Bedenken Sie gemeinsam die Konsequenzen und suchen Sie konkrete Beispiele, um zu überlegen, ob es in der Realität wirklich funktionieren kann, die eine oder andere Strategie anzuwenden.

Übung 3: Handlungsplan

Erarbeiten Sie mit dem Klienten **konkrete Ablaufpläne**. Überlegen sie z. B. wann genau er weg gehen sollte oder was genau er macht, bis er sich durch Sport entlasten kann (falls diese Lösungen für ihn in Frage kommen). Arbeiten Sie an seinen Beispielen und lassen Sie sich **in seiner Lebenswelt** durch ihn führen. Bemühen Sie sich, ihm eine andere Perspektive aufzuzeigen, indem Sie ihm erzählen, wie Sie in den jeweiligen Situationen fühlen und reagieren würden.

Denkaufgabe: Der Klient soll bei der nächsten Sitzung möglichst zwei aktuelle oder vergangene Situationen nennen, in denen er es geschafft hat, sich entsprechend dem Handlungsplan für eine gewaltfreie Lösung zu entscheiden.

Wutregulationskarten

<p style="text-align: center;">Gehen Sie weg</p> <p>Wenn Sie wissen oder vermuten, dass Sie jeden Moment ausrasten werden, bewegen Sie sich von der Situation weg, um 'abzukühlen'.</p>	<p style="text-align: center;">Gehen Sie später auf den Streit ein,</p> <p>Wenn Sie darüber nachgedacht haben, was Sie eigentlich sagen wollten.</p>	<p style="text-align: center;">Gehen Sie zu Freunden oder Familienmitgliedern</p> <p>Finden Sie jemanden, der Sie versteht, Sie jedoch nicht zu gewaltsamen Handlungen ermutigt, sondern Ihnen helfen kann, gewaltlose Alternativen zu finden.</p>
<p style="text-align: center;">Sagen Sie Ihre Meinung</p> <p>Wenn Sie Ihre Wut unter Kontrolle halten können, lassen Sie sich auf den Streit mit Worten ein. Je vernünftiger Sie auftreten, desto stärker und selbstbewusster gehen Sie aus dem Streit hervor.</p>	<p style="text-align: center;">Wenden Sie sich an eine einflussreiche Person</p> <p>Wenn Ihr Gegenüber das Gesetz bricht, Sie z. B. wegen Erscheinung, Hautfarbe etc. beschimpft, können Sie sich an die Polizei wenden, oder wenn ein Lehrer Sie durch ungerechte Worte verletzt, können Sie sich an den Direktor o.ä. wenden.</p>	<p style="text-align: center;">Richten Sie Ihren Blick geradeaus, wenn Sie angestarrt werden</p> <p>Sehen Sie die Person, von der Sie glauben, dass sie Sie anstarrt, nicht an.</p>
<p style="text-align: center;">Bleiben Sie ruhig, indem Sie sich in Gedanken Rache ausmalen,</p> <p>Sie aber nicht in die Tat umsetzt: Wenn Sie sehr aggressive Gefühle überkommen, können Sie sich durch Rachedenken Befriedigung verschaffen, ohne sie jedoch auszuführen und dadurch in Schwierigkeiten zu geraten.</p>	<p style="text-align: center;">Denken Sie an die Konsequenzen, bevor Sie mit Gewalt reagieren</p> <p>Z. B. nehmen Sie zwar Rache, geraten aber sicherlich damit in Schwierigkeiten, und je stärker Sie den anderen verletzt, desto größer werden Ihre Probleme.</p>	<p style="text-align: center;">Versuchen Sie Ihre Gefühle zu kontrollieren</p> <p>Wenn sich jemand über Sie lustig macht oder Sie anschreit, versuchen Sie Ihre Gefühle unter Kontrolle zu halten, indem Sie an etwas anderes denken oder mit sich selbst sprechen und sich sagen, dass Sie sich nicht provozieren lassen, sondern ruhig bleiben werden.</p>

<p>Sagen Sie dem Menschen, der Sie bedroht, anschreit, Sie provoziert oder Sie lächerlich macht, wie Sie sich fühlen</p> <p>Sie können diesem Menschen (ohne ihn zu provozieren) mitteilen, dass er Sie sehr wütend macht.</p>	<p>Wenn sie bemerken, dass es zu Frust kommt, der Sie in Spannung bringt, versuchen Sie diese abzubauen.</p> <p>Es kann helfen Sport zu treiben, Musik hören, sich ablenken, kreativ sein, allein zu sein o. ä. Es gibt viele Möglichkeiten, um „runter“ zu kommen, finden Sie diejenigen, die Ihnen helfen.</p>	
---	---	--

18. Sitzung (Teil A, intrinsisch): individuelle Trigger und Handlungsstrategien

Ziel der Sitzung ist es, dem Klienten explizite Regulationsstrategien an die Hand zu geben. Gerade für diesen Klienten sind der „gute Erwachsene“ und ein haltgebender Rahmen besonders wichtig. In der Sitzung soll eine Möglichkeit eröffnet werden, einen entlastenden und förderlichen Umgang mit der Traumatisierung zu erleben ohne dass diese bearbeitet wird.

Lassen Sie den Klienten spüren, dass Ihnen klar ist, dass eine extrem starke Wut nicht so leicht durch diese „einfachen“ Strategien (weg gehen, Konsequenzen bedenken) zu bewältigen ist. Für intrinsische Täter (die fast alle eine frühe Traumatisierung erlitten haben), sind Rachefantasien in aller Regel nicht geeignet. Beziehen Sie sich in der Arbeit eher auf die starken Wutgefühle und vermeiden Sie regressive Arbeit unbedingt. Arbeiten Sie immer an der Realität und im Hier und Jetzt. Es ist wichtig, dass der Klient sich verstanden fühlt (und verstanden wird). Dem Klienten sollte es nach der Sitzung besser gehen als zuvor; keinesfalls dürfen Affektdurchbrüche provoziert werden (wie im gesamten Training).

Versuchen Sie zu verstehen, wie die Welt aus Sicht des Klienten aussieht. Es kann hilfreich sein, zu erklären, dass die Reaktion auf eine traumatische Situation eine „normale“ Anpassungsreaktion (an eine unnormale Situation) und eine Art Akkutversorgung der Seele ist. Die Klienten fühlen sich oft „verrückt“ oder hilflos ausgeliefert („in mir wohnt ein Monster“) und es kann förderlich sein das zu relativieren und die gesunden von den „schwierigen“ (und „Schwierigkeiten machenden“) Anteilen zu trennen. Durch das umfassende Wissen der Trainer/Trainerinnen über Traumatisierung kann der Klient ein (kognitives) Konzept bekommen – etwas, was seine unbewussten leidvollen Inszenierungen und Störungen in den Gedächtnisfunktionen möglicherweise erklärt. Das wird oft als entlastend erlebt.

Wie weit Sie im Verlauf der Sitzung darauf eingehen können, hängt sehr von den Toleranzgrenzen des Klienten ab. Es gibt deshalb keine explizite Übung dazu. Bitte beachten Sie, dass wir keine Traumatherapie anbieten können und wollen. Gehen Sie behutsam vor!

Übung 1: Alternative Handlungsmöglichkeiten in Wutsituationen

Stellen Sie ihm die unten **aufgelisteten Handlungsstrategien** vor (siehe Kärtchen⁸). Diese Strategien werden vermutlich nur bei weniger stark ausgeprägter Aggression helfen. Verwenden Sie nicht zu viel Zeit auf diese Übung, sondern gehen Sie sie rasch durch. Finden Sie mit ihm gemeinsam raus, **welche der Lösungen ihm am meisten „liegen“**. Bedenken Sie gemeinsam die Konsequenzen und suchen Sie konkrete Beispiele, um zu überlegen, ob es in der Realität wirklich funktionieren kann, die eine oder andere Strategie anzuwenden.

- **Gehen Sie weg:** Wenn Sie wissen oder vermuten, dass Sie jeden Moment ausrasten werden, bewegen Sie sich von der Situation weg, um 'abzukühlen'.
- **Gehen Sie später auf den Streit ein,** wenn Sie darüber nachgedacht haben, was Sie eigentlich sagen wollten.

⁸ „Rache ausmalen“ ist aus der Liste entfernt, bitte nehmen Sie das entsprechende Kärtchen auch raus.

- **Reagieren Sie sich (kurze Zeit später) körperlich ab, ohne jemanden zu verletzen;** halten Sie die Situation in diesem Moment aus und gehen Sie dann so bald wie möglich zum Beispiel zum Sport.
- **Gehen Sie zu Freunden oder Familienmitgliedern:** Finden Sie jemanden, der Sie versteht, Sie jedoch nicht zu gewaltsamen Handlungen ermutigt, sondern Ihnen helfen kann, gewaltlose Alternativen zu finden.
- **Sagen Sie Ihre Meinung:** Wenn Sie Ihre Wut unter Kontrolle halten können, lassen Sie sich auf den Streit mit Worten ein. Je vernünftiger Sie auftreten, desto stärker und selbstbewusster gehen Sie aus dem Streit hervor.
- **Wenden Sie sich an eine einflussreiche Person:** Wenn Ihr Gegenüber das Gesetz bricht, Sie z. B. beschimpft, können Sie sich an die Polizei wenden, oder wenn z. B. ein Ausbilder oder Bediensteter Sie durch ungerechte Worte verletzt, können Sie sich an den Leiter der Einrichtung o.ä. wenden.
- **Richten Sie Ihren Blick geradeaus, wenn Sie angestarrt werden:** Sehen Sie die Person, von der Sie glauben, dass sie Sie anstarrt, nicht an.
- **Denken Sie an die Konsequenzen, bevor Sie mit Gewalt reagieren:** Z. B. nehmen Sie zwar Rache, geraten damit aber sicherlich in Schwierigkeiten, und je stärker Sie den anderen verletzen, desto größer werden Ihre Probleme.
- **Versuchen Sie Ihre Gefühle zu kontrollieren:** Wenn sich jemand über Sie lustig macht oder Sie anschreit, versuchen Sie Ihre Gefühle unter Kontrolle zu halten, indem Sie an etwas anderes denken oder sich sagen, dass Sie sich nicht provozieren lassen, sondern ruhig bleiben werden.
- **Sagen Sie dem Menschen, der Sie bedroht, anschreit, Sie provoziert oder Sie lächerlich macht, wie Sie sich fühlen:** Sie können diesem Menschen (ohne ihn zu provozieren) mitteilen, dass er Sie sehr wütend macht und Sie nicht gewalttätig reagieren wollen.
- **Wenn sie bemerken, dass es zu Frust kommt, der Sie in Spannung bringt, versuchen Sie diese abzubauen.** Es kann helfen Sport zu treiben, Musik zu hören, sich abzulenken, kreativ zu sein, allein zu sein o. ä. Es gibt viele Möglichkeiten, um „runter“ zu kommen. Finden Sie diejenigen, die Ihnen helfen.

Übung 2: Notfall-Selbstregulation

Besprechen Sie mit dem Klienten, welche **Strategien** er anwenden kann, wenn er rechtzeitig bemerkt, dass er erneut in **große Spannungszustände** kommt. Erklären Sie ihm, wie **Schmerzreize** wirken und welchen Nutzen er daraus ziehen kann.

Überlegen Sie gemeinsam, welche Strategien er noch anwenden kann und schreiben Sie sie auf die Kärtchen. Vermutlich wird er kaum noch Chancen haben, sich zu regulieren, wenn er erst in eine spannungsreiche Situation gerät. Er muss also Hinweise ernst nehmen, die diese **Situation ankündigen**. Kommen Sie mit ihm darüber ins Gespräch (und finden Sie ggf. zusammen die **Trigger**, solange Sie die Toleranzgrenzen sicher nicht überschreiten⁹).

⁹ Die verbal nicht zugänglich sein müssen. Fragen danach sind also nicht unbedingt ausreichend.

<p>Benutzen Sie einen starken „Gegenreiz“, um sich aus der Situation zu holen.</p> <p>Sie können mit einem Gummiband, einer scharfen Chilischote, einem Eiswürfel, einer Zitrone, einer kalten Dusche etc. einen Schmerzreiz auslösen oder eine heftige körperliche Reaktion provozieren, der bzw. die Ihnen hilft nicht die Kontrolle zu verlieren.</p>	<p>Reizschutz</p> <p>Entfernen Sie sich sofort aus der Situation und schirmen Sie sich ab. Sorgen Sie dafür, dass Sie zur Ruhe kommen.</p> <p>Möglicherweise helfen Hilfsmittel, wie gern gehörte Musik.</p>	
---	---	--

Übung 3: Eskalationen verstehen

Bitten Sie den Klienten Situationen zu beschreiben, in denen er „**ausgerastet**“ ist. Sofern er sich an den **Hergang** erinnert und nicht dissoziiert hat, besprechen Sie mit ihm die Entwicklung bis hin zur Eskalation und überlegen Sie **realitätsbezogen, welche Alternativen** es an welcher Stelle gegeben haben könnte. Hilfreich könnte sein, sich den Hergang mit den Gefühlskarten verdeutlichen zu lassen.

Falls es möglich ist (und im Rahmen der Toleranzgrenzen), denken Sie mit dem Klienten darüber nach, **welche Trigger** er kennt. Nutzen Sie Ihr Wissen aus den vorangegangenen Sitzungen. Machen Sie aber auch deutlich, dass Menschen solche Trigger nicht bewusst zugänglich sein müssen.

Denkaufgabe: Der Klient soll darüber nachdenken, welche Strategien (in Ergänzung dieser Sitzung) in der Vergangenheit gut geholfen haben, wenn die Wut stark wurde.

**Teil B: für überwiegend instrumentell
motivierte Täter**



16. Sitzung (Teil B): Kosten und Nutzen im interpersonellen Handeln

Ziel dieser Sitzung ist, dem Klienten zu verdeutlichen, dass es lohnenswert sein kann, Gedanken und Gefühle anderer zu berücksichtigen. Der Klient soll sich bewusst werden, dass es zwar anstrengend und mühsam sein mag, die Position anderer in sein Handeln einzubeziehen, dass es aber auch viele Vorteile haben kann.

Übung 1: Kosten und Nutzen eigener Handlungen

Lassen Sie sich von dem Klienten mehrere Straftaten bzw. Situationen nennen, die ihn in Schwierigkeiten gebracht haben. Bitten Sie ihn darum, für jede Situation zu bedenken, **welche Kosten und welchen Nutzen** er durch sein Verhalten hatte. Hilfreich könnte das Bild einer Waage mit zwei Waagschalen sein (siehe Schaubild). Ermutigen Sie ihn, **möglichst viele Aspekte** für jede der beiden „Waagschalen“ einzubeziehen. Ergänzen Sie seine Ideen und helfen Sie ihm, besonders auf interpersonelle Konsequenzen und solche für andere Beteiligte zu achten. Erklären Sie dem Klienten, dass man durch das bessere Abschätzen der Folgen des eigenen Handelns seinen Nutzen verbessern kann. Achten Sie darauf, egozentrische Lösungen nicht abzuwerten und helfen Sie u.U. mit sozial bezogeneren Strategien.

Übung 2: Kosten und Nutzen in Beziehungen

Besprechen Sie mit dem Klienten die folgenden Beispielsituationen und erfragen Sie, **welche Kosten und Nutzen** er jeweils sieht. Helfen Sie ihm auch hier wieder, **möglichst viele Aspekte zu bedenken** und bieten Sie ihm **zusätzliche Argumente** für die eine oder andere Entscheidung an.

Florian spielt seit Jahren in einer Fußballmannschaft. Seine Mannschaftskameraden sind inzwischen fast wie Freunde für ihn geworden. Sie haben viel Spaß und er kann mit ihnen über alles, auch über Probleme reden. Manchmal ist es aber auch anstrengend mit ihnen. Jetzt überlegt er, ob er seine Fußballmannschaft aufgeben soll.

Wenn Sie sich in Florian hineinversetzen, welche Kosten und welchen Nutzen hat er durch seine Fußballmannschaft?

Valentin hat eine feste Freundin, die ihn sehr liebt. Sie bewundert ihn für seine Leistungen, kümmert sich um ihn, wenn es ihm nicht gut geht und übernimmt auch viele Aufgaben im gemeinsamen Haushalt. Sie möchte am liebsten alles gemeinsam mit ihm machen und wird sehr eifersüchtig, wenn er alleine unterwegs ist. Valentin ist genervt von der Nähe, die sie ständig einfordert und denkt über eine Trennung nach.

Wenn Sie sich in Valentin hineinversetzen, welche Kosten und welchen Nutzen hat er durch seine Beziehung?

Lennart hat in seiner Ausbildung bisher fast immer alleine gearbeitet. Er bekam Aufgaben von seinem Ausbilder, die er selbstständig lösen musste. Nun soll er in eine Abteilung wechseln, wo er in einem Team mit anderen Auszubildenden zusammenarbeiten würde. Dort werden die Arbeiten gemeinsam besprochen und gelöst und die Aufgaben untereinander verteilt. Lennart überlegt, ob er dem Wechsel zustimmen soll.

Wenn Sie sich in Lennart hineinversetzen, welche Kosten und welchen Nutzen könnte er vom Wechsel in eine Arbeitsgruppe haben?

Übung 3: Resonanz in interpersonellen Beziehungen

Greifen Sie die Argumentationen des Klienten aus der vorigen Übung auf und besprechen Sie mit ihm, welche **Erwartungen und Ansprüche er an soziale Beziehungen hat**. Fragen Sie ihn zuerst, welche Bedürfnisse für ihn in Beziehungen wichtig sind (Nutzenaspekte). Helfen Sie ihm, wenn er sich mit der Aufgabe schwer tut. So könnte es z. B. um **Anerkennung/Bestätigung gehen, um Schutz/Sicherheit, um Macht und Autorität, um Fürsorge und Abhängigkeit usw.**

Die zweite Frage ist, **was er selbst unternimmt**, um Beziehungen so zu gestalten, dass seine Bedürfnisse möglichst gut erfüllt werden (Kostenaspekte). Machen Sie ihm klar, dass er selbst in der Lage ist, Situationen mit anderen Menschen aktiv zu gestalten.

Unterstützen Sie ihn, indem Sie ihm mitteilen, was Sie im Laufe des Moduls von ihm erfahren haben und ggf. wie Sie selbst mit ähnlichen Situationen umgehen.

Denkaufgabe: Der Klient soll sich bis zur nächsten Sitzung überlegen, welche Kosten und welchen Nutzen er in einer seiner aktuellen sozialen Beziehungen sieht.

17. Sitzung (Teil B): Gedanken und Gefühle anderer berücksichtigen

Ziel dieser Sitzung ist, mit dem Klienten zu üben, sich in andere hineinzusetzen und deren Gedanken und Gefühle zu berücksichtigen. Der Klient soll lernen, dass das trotz aller Schwierigkeiten gelingen kann und auch sinnvoll sein kann, nicht nur, um eigene Ziele zu erreichen.

Übung 1: Sich in die Lage anderer versetzen

Wählen Sie einige Beispiele aus. Bitten Sie den Klienten, sich in den folgenden Beispielen jeweils in die Beteiligten hineinzusetzen und deren Gedanken und Gefühle nachzuvollziehen. Nehmen Sie sich Zeit und lassen Sie ihn alle Fragen in den Beispielen beantworten. Ergänzen Sie das Gesagte um weitere Aspekte, durch eigene Ideen und ggf. weitere Fragen. Verdeutlichen Sie jeweils auch den Nutzenaspekt.

Die ersten drei Beispiele erfordern weniger Fähigkeit zur Mentalisierung als die letzten beiden. Da kann man die richtige Antwort auf die Fragen nur finden, wenn man in der Lage ist zu verstehen, dass die Beteiligten nicht alle die gleichen Informationen haben und deshalb zu anderen Rückschlüssen kommen. Sie brauchen die vorgegebenen Fragen nur dann einzeln stellen, wenn sie sich nicht im Gespräch über die Situation bereits beantworten.

Felix hat einen Hund, den er sehr liebt. Der Hund ist durch einen schmalen Spalt im Zaun auf ein Grundstück gelaufen und hat sich dort mit der Leine irgendwo verfangen. Offenbar gelingt es ihm nicht zurückzukommen. Felix hört ihn von außen bellen und winseln. Das Betreten des Grundstücks ist streng verboten und es wird von einem Sicherheitsdienst bewacht. Felix kann überhaupt nicht gut klettern und bittet seinen Freund Jannis, über den Zaun zu klettern und den Hund zu befreien.

- Was wird wohl in Jannis vorgehen?
- Welche Argumente wird er abwägen?
- Was wird er über Felix Gefühle vermuten?
- Welche Gefühle könnte er selbst haben?
- Was könnte er davon haben, auf Felix Bitte einzugehen?
- Wie würde sich dadurch Felix' Situation verändern?
- Was könnte ein Mitarbeiter des Sicherheitsdienstes darüber denken, dass er in das Grundstück eindringt?

Caro hat einen guten Freund, Sebastian, der gerade eine Ausbildung zum Kfz.-Mechatroniker macht. Er hat sich von seinem selbstverdienten Geld ein älteres Auto gekauft, in das er viel Arbeit gesteckt hat, um es schick herzurichten. Caro weiß, dass er sehr an dem Wagen hängt. Sie möchte mit zwei Freundinnen eine Wochenendreise unternehmen, braucht dazu ein Auto und fragt Sebastian, ob er ihr sein Auto leiht. Sebastian stimmt zu, es fällt ihm aber sehr schwer und er tut es nur, weil Caro eine seiner ältesten und besten Freundinnen ist. Während der Reise passiert etwas Schreckliches: ein Kind läuft ihr vor das Auto und wird verletzt in ein Krankenhaus gebracht. Das Auto hat nun eine ziemlich große Beule. Caro macht sich riesige Vorwürfe und kommt nur schwer damit klar, dass das passiert ist.

- Wie wird es Caro wohl gehen, nachdem das passiert ist?
- Was könnte sie denken?
- Wie wird es Sebastian gehen, wenn er davon erfährt und was wird er denken?
- Was könnte Caro in dieser Situation tun?
- Was hätte sie davon zu wissen, wie es Sebastian geht?

Nina erfährt von einer Freundin, dass ihre langjährige Schulkameradin Bea ihren Schulabschluss geschafft hat und das mit einer großen Party feiern will. Die Freundin sagt auch, dass Bea sich sehr freuen würde, Nina wieder zu sehen. Nina selbst hat die Schulzeit nicht erfolgreich durchgehalten und die Schule ohne Abschluss verlassen. Sie nimmt jetzt an einer Maßnahme des Jobcenters teil. Sie denkt darüber nach, ob sie zu der Party gehen soll.

- Wie könnte es Nina wohl gehen, als sie von Beas Abschluss hört?
- Was könnte sie denken?
- Wie wird es Bea gehen, wenn sie Nina wiedertrifft?
- Was wird sie wohl über Nina denken?
- Was könnte Nina in dieser Situation tun?
- Was hätte sie davon zu wissen, wie es Bea geht?

Leo hat einen Freund, der Daniel heißt. Daniel liebt seine Mutter sehr. Vor einigen Wochen hat die Mutter die Familie nach einem heftigen Streit zwischen den Eltern verlassen und ist mit Daniels kleinen Geschwistern zu ihren Verwandten in einer anderen Stadt gezogen. Daniel blieb mit seinen größeren Brüdern bei seinem Vater. Als Leo, der länger krank war und Daniel in dieser Zeit weder gesehen noch gesprochen hat, zu ihm zu Besuch kommt, sitzt Daniel in sich zusammengesunken auf dem Bett und um ihn herum liegt ein Brief und Fotos von seiner Mutter und seinen Geschwistern.

- Was wird Leo wohl denken, was passiert ist?
- Was glaubt er, wie es Daniel wohl gehen wird?
- Wie wird sich Leo selbst in der Situation fühlen?
- Was könnte er selbst tun?
- Was würde er dadurch an Leos Gefühlen ändern?
- Was hätte er davon?

Max sitzt mit seinen Skater-Freunden auf einer Bank. Sie schauen zwei anderen zu, die Tricks ausprobieren. Max kennt einen von beiden gut, er hat Max auch schon manche Tricks gezeigt. Max geht kurz weg, um sich ein Getränk zu kaufen. In der Zwischenzeit geraten die beiden in Streit, weil der eine den anderen nicht mit seinem Board fahren lassen will. Dieser wird darüber so wütend, dass er das Board seines Mitfahrers über den Zaun auf die Bahngleise wirft. Unglücklicherweise kommt in diesem Moment der Zug und fährt das Board kaputt.

Als Max zurückkommt, sieht er den Jungen neben seinem kaputten Board am Boden sitzen.

- Was wird Max vermutlich über diese Situation denken?
- Was werden ihm seine Freunde über die Situation sagen?
- Was wird er über die Gefühle des am Boden sitzenden Jungen denken?
- Was könnte er tun?
- Wie würde er damit die Situation des anderen verändern?
- Was könnte er davon haben?

Übung 2: eigene soziale Situationen bewerten

Lassen Sie sich vom Klienten eine eigene ähnliche Geschichte erzählen und gehen Sie mit ihm durch, **was wer darüber gedacht** haben könnte und **wer welches Interesse** gehabt haben könnte und wie dann die dazu **passende Reaktion** ausgesehen haben könnte. Versuchen Sie den Klienten dazu zu bewegen, sich der Geschichte aus den unterschiedlichen Perspektiven der Beteiligten zu nähern.

Denkaufgabe: Der Jugendliche soll Ihnen in der nächsten Sitzung über Situationen berichten, in denen er es geschafft hat, sich die Gedanken und Gefühle anderer vorzustellen.

Kosten-Nutzen-Waage



18. Sitzung (Teil B): Perspektivenübernahme im Dialog

Ziel dieser Sitzung ist, mit dem Klienten zu üben, in der konkreten Interaktion mit anderen deren Gedanken und Gefühle zu berücksichtigen. Der Klient soll praktisch einüben, was er in den letzten Sitzungen eher theoretisch erarbeitet hat: dass interpersonelle Beziehungen „erfolgreicher“ zu gestalten sind, wenn man den anderen einbezieht.

Übung 1: Rollenspiele zum angemessenen Antworten in affektiven Situationen

Bitten Sie den Klienten, sich die folgenden interpersonellen Situationen vorzustellen und die jeweils gestellte Aufgabe im Dialog mit Ihnen möglichst erfolgreich zu erfüllen. Übernehmen Sie als Trainer/Trainerin die Rolle seines jeweiligen Gegenübers und reagieren Sie auf die „Interventionen“ des Klienten. Unterbrechen Sie, wenn es sinnvoll ist, das Rollenspiel und melden dem Klienten zurück, wie sich das von ihm Gesagte anfühlt. Überlegen Sie ggf. gemeinsam andere, besser geeignete Strategien

Ein guter Freund von Ihnen ist sehr traurig, weil ihn seine Freundin verlassen hat. Sie würden ihn gerne trösten.

Ein Freund steht vor einer schwierigen Prüfung in seiner Ausbildung. Er zweifelt an sich, dass er es schaffen wird, sie trauen ihm das aber zu und wollen ihn anerkennend unterstützen.

Ihre Freundin hat gerade ihren Schulabschluss geschafft, für den sie sich lange sehr angestrengt hat. Sie freut sich riesig. Sie würden ihr gerne zeigen, dass Sie sich mit ihr freuen.

Ihrem besten Freund ist als Torwart beim Fußball ein richtig peinlicher Patzer passiert. Er hat einen ganz einfachen Schuss durchgelassen und ist dabei noch unglücklich gestürzt. Alle haben mit ihm gemeckert und ihn obendrein ausgelacht. Er schämt sich sehr und Sie wollen ihn wieder aufbauen.

Ihr Chef verlangt von Ihnen, heute länger zu arbeiten, obwohl Sie ihm erklärt haben, dass Sie gleich eine wichtige Verabredung haben. Er besteht aber auf seinem Anliegen, wird lauter und fängt an Sie zu beleidigen. Sie wollen ihm deutlich machen, dass er im Begriff ist, Ihre Grenze zu überschreiten, ohne dass die Situation weiter eskaliert.

Ein Freund von Ihnen regt sich im Supermarkt furchtbar auf, weil sich ein anderer Kunde vorgedrängt hat. Er wird immer wütender und lässt sich kaum besänftigen. Sie wollen nicht, dass es zu einem richtigen Streit kommt und versuchen, Ihren Freund zu beruhigen.

Denkaufgabe: Der Klient soll bis zur nächsten Sitzung versuchen, in Alltagssituationen bewusst zu überlegen, wie der andere sich fühlen wird und was er denken wird und sich dann entsprechend zu verhalten.

Modul III

Moralisches Denken und Handeln



Erläuterungen zu diesem Modul

Delinquente Klienten, insbesondere diejenigen, die wiederholt mit schweren Straftaten aufgefallen sind,

- urteilen in moralisch gehaltvollen Situationen häufig auf einer niedrigeren Moralstufe als andere, d. h., sie orientieren sich eher an ihrem eigenen, unmittelbaren Interesse als an konventionellen Normen (z. B. „ein Versprechen soll man halten“).
- erscheinen in ihrem moralischen Urteil „heteronom“, d. h. sie vertreten oft sehr streng die moralischen Vorschriften einer Autorität oder die ihrer Bezugsgruppe. Klienten hingegen, die „autonom“ moralisch urteilen, die also die Normen verinnerlicht haben und sie situativ flexibel und unter Berücksichtigung der Interessen anderer anwenden, neigen sehr viel weniger zu delinquentem Handeln.

Allerdings haben zahlreiche delinquente Klienten in ihren Kontakten mit Sozialarbeitern/Sozialarbeiterinnen und Psychologen/Psychologinnen gelernt, qualifizierte moralische Begründungen für Handlungsentscheidungen zu formulieren. Daher ist es oft schwer zu entscheiden, inwieweit ein Klient (1) wirklich über eine höhere moralische Urteilsfähigkeit verfügt und ob er (2) diese Fähigkeit in seinem Handeln auch anwenden wird. Eine weitere Schwierigkeit liegt darin, dass höhere moralische Urteilsfähigkeit bestimmte kognitive Kompetenzen (z. B. die Perspektivenübernahme) voraussetzt, über die delinquente Klienten aufgrund mangelnder Förderung in ihrer frühen Kindheit oft nicht verfügen. Daher sind die Ziele dieses Moduls eng gesteckt:

- „richtig“ und „falsch“ als moralische Kategorien anwenden lernen
- Sensibilität für den „moralischen Gehalt von sozialen Situationen“ entwickeln
- den Sinn „konventioneller“ Normen kennen lernen
- moralische Dilemma-Situationen durchschauen
- einfache Kriterien für eigene Handlungsentscheidungen erlernen
- das eigene (delinquente) Handeln bewerten

Obgleich auch dieses dritte Modul des Denkzeit-Trainings auf die Förderung kognitiver Kompetenzen abzielt, wird sein Erfolg in hohem Maße von der Qualität der Beziehung zwischen dem Klienten und seinem Trainer/seiner Trainerin abhängen. Denn die Internalisierung normativer Vorstellungen gelingt nur dann, wenn ein deutlich erkennbares Gegenüber zur Verfügung steht. Das bedeutet nicht, dass der Klient vor allem lernen sollte, so zu denken und zu urteilen wie sein Trainer/seine Trainerin. Vielmehr soll er einen eigenen Standpunkt gewinnen. Aber bei der Suche nach einer eigenen Ausrichtung muss er die moralische Orientierung des anderen wahrnehmen können. Außerdem soll der Trainer/die Trainerin als Vorbild dienen können – nicht dadurch, dass er/sie eine moralisierende Rolle spielt, sondern in der Klarheit und Reflektiertheit seiner/ihrer Standpunkte.

Der Trainer/die Trainerin soll zwar in seinen/ihren Wertvorstellungen erkennbar werden, jedoch aufpassen, dass er/sie keine Verbündungen oder Verbrüderungen eingeht.

19. Sitzung: Moralische Fragen erörtern

Der Klient soll ein Gefühl für den moralischen Gehalt von sozialen Situationen entwickeln. Er soll verstehen, dass die Begriffe „richtig“ und „falsch“ als moralische Kategorien angewandt werden können. Der Trainer/die Trainerin soll ihn ermuntern, über richtige und falsche Entscheidungen nachzudenken und ihm zeigen, dass eine gute moralische Entscheidung immer die Interessen anderer einbezieht.

Der Klient soll verstehen, dass er in seinen Urteilen von anderen Menschen geprägt wurde und sich auf andere bezieht. Hierzu kann es sehr nützlich sein, dass der Trainer/die Trainerin seine/ihre eigenen Moralvorstellungen zu den einzelnen Beispielen zu erkennen gibt und zeigt, dass Normen in einer Wertehierarchie angeordnet sind. Selbstverständlich soll der Klient nicht dazu angehalten werden, die Normen des Trainers/der Trainerin unreflektiert zu übernehmen, aber er soll erkennen, dass sehr viele Handlungen moralisch begründet sind, und dass es sich lohnen kann, über diese Begründungen nachzudenken.

Übung 1: Wertvorstellungen kennen lernen

Versuchen Sie, einige Wertvorstellungen und Wertekategorien des Klienten kennen zu lernen. Der Klient soll die **Sätze vervollständigen** und so seine **normativen Einstellungen zum Ausdruck bringen**.

Fragen Sie den Klienten jeweils nach der **Begründung** und diskutieren Sie **weitere Ausnahmen von den Regeln**. Durch diese Übung erfahren Sie, wie der Klient denkt, deshalb sollten die Antworten nicht bewertet werden, denn sonst erziehen Sie den Klienten dazu, sozial erwünschte Antworten zu geben.

- Man soll anderen Menschen nichts weg nehmen, was ihnen gehört, aber ...
- Man soll grundsätzlich im Supermarkt nichts klauen, aber es wäre o.k. wenn ...
- Man soll Kinder nicht schlagen, aber manchmal ...
- Man soll immer zu seinen Freunden stehen, aber es gibt Ausnahmen, nämlich wenn ...
- Man soll immer zu seiner Familie stehen, aber manchmal ...
- Man soll sich den Regeln der JVA anpassen, außer wenn...
- Man soll das Gesetz nicht brechen, außer wenn ...
- Man soll andere Menschen nicht angreifen, aber manchmal ...
- Man soll immer die Wahrheit sagen, aber in bestimmten Fällen ist es besser zu lügen, nämlich wenn ...
- Man soll niemanden „verpetzen“, aber wenn ...
- Man soll älteren Menschen mit Respekt begegnen, außer wenn sie ...

Übung 2: Eine schwere Entscheidung in einem moralischen Dilemma

Der Klient soll sich folgende Situation vor Augen führen. Fragen Sie den Klienten, was er für die **richtige Entscheidung in dieser Situation** hält. Er soll seine Auffassung **begründen**. Gehen Sie mit ihm seine Gründe durch. Wenn er z. B. sagt, dass das Baby erste Priorität hat, weil die Mutter das Baby liebt, konfrontieren Sie ihn mit den möglichen **Konsequenzen seiner Entscheidung**, dass nämlich alle diese Menschen und das Baby sterben werden. Fragen Sie ihn, ob er denkt, dass ein einziges Leben, auch wenn es das eines Babys ist, mehr wert sei als das der anderen. Verdeutlichen Sie dem Klienten, dass es aber manche Situationen gibt, in denen 'richtige' und 'falsche' Entscheidungen sehr eindeutig sind. Lassen Sie sich ein Beispiel dafür geben. Erklären Sie dann, dass es Situationen (wie das u. g. Beispiel) gibt, in denen es sehr schwierig ist, eine „richtige“ von einer „falschen“ Entscheidung zu unterscheiden. Fragen Sie den Klienten, was die Entscheidung so schwierig macht.

Kern dieses bekannten Dilemmas ist die ethische Frage, ob Menschen je nach Gesundheit, Alter etc. unterschiedlich wertvoll sind, und, wenn ja, woran sich dieser Wert bemisst. Sollte z.B. die geistig behinderte junge Frau gehen, weil sie für die Gesellschaft weniger nützlich ist? Oder der alte Mann, weil er ohnehin nicht mehr so lange leben wird?

Wichtig bei der Diskussion solcher kaum lösbaren Dilemmata ist, dass der Klient den moralischen Gehalt dieser Situationen erlebt und so angeregt wird, weiter über das Thema nachzudenken. Er soll aber auch wissen, dass derartige Dilemmata sehr selten sind und dass es in ihnen keine „gute“ Lösung gibt.

Betonen Sie den **spielerischen Aspekt dieser Übung**, wenn Sie merken, dass der Klient zu stark unter dem Prozess leidet. Machen Sie ihm klar, dass niemand (auch Sie nicht) eine „richtige“ oder „einfache“ Lösung finden kann.

Eine Gruppe von Touristen wird auf den Philippinen entführt. Einige davon können entkommen und finden in einem großen Heuhaufen ein Versteck. Unter ihnen ist auch eine Mutter mit ihrem Säugling. Dieser fängt nach einer Weile an zu schreien und lässt sich nicht beruhigen. Die Mutter steht vor der Entscheidung, dem Kind die Luft abdrücken zu müssen, damit die Entführer nicht das Versteck mit den Geflohenen finden, oder aber sie lässt das Kind weiter schreien und die Entführer finden das Versteck und den Menschen droht die Tötung.

Als alternatives Beispiel:

Nach einem Schiffsunglück können sich nur vier Menschen auf ein ganz kleines Floß retten, zwei junge Männer, ein sehr alter Mann und eine junge Frau, die geistig behindert ist. Das Floß ist zu klein, um alle vier auf Dauer zu tragen, so dass entschieden werden muss, welcher von den Vieren das Floß verlassen soll und wahrscheinlich ertrinken wird. Wer soll das Floß verlassen?

Übung 3: Schwierige moralische Fragen diskutieren

Fragen Sie den Klienten, wie er **die folgenden Handlungen beurteilen** würde. Lassen Sie sich **Begründungen** für die Meinung des Klienten zu jeder Situation geben und regen Sie ihn an, jeweils die **Folgen der einen oder anderen Handlungsalternative** zu bedenken. Konfrontieren Sie den Klienten mit **Gegenargumenten**.

- Tiere töten, um deren Fleisch verzehren zu können.
- Während des Krieges eine Atombombe auf eine feindliche Stadt werfen.
- Abtreibungen verbieten und bestrafen.
- Einen jugendlichen Asylbewerber abschieben, weil er sich strafbar gemacht hat.
- Einen Kampfhund einschläfern, weil er ein Kind gebissen hat.
- Die Todesstrafe wieder einführen.
- Etwas in einem großen Kaufhaus klauen, wenn man sicher ist, nicht erwischt zu werden.
- Jemanden schlagen, der sich nicht mehr wehren kann, der aber den Kampf begonnen hat.
- Einem Todkranken aktive Sterbehilfe leisten.
- Vor Gericht gegen den besten Freund aussagen, damit man eine Strafmilderung bekommt.

Denkaufgabe: Der Klient soll mit anderen Menschen über die Beispiele aus Übung 1 sprechen und sie nach ihren „Lösungen“ fragen. Dabei soll er versuchen, Gegenargumente zu finden.

20. Sitzung: Stufen der moralischen Entwicklung

In dieser Sitzung soll der Klient verstehen, dass er in seinen moralischen Urteilen von anderen Menschen geprägt wurde und sich in seinem moralischen Denken auf andere bezieht. Der Klient soll erkennen, dass sich das moralische Urteil im Laufe des Lebens in sozialen Kontexten entwickelt, dass es aufeinander aufbauende Stufen der Moralentwicklung gibt und dass man von den einzelnen Stufen aus zu ganz unterschiedlichen „richtigen“ Lösungen kommt.

Auch hier kann es nützlich sein, wenn der Trainer/die Trainerin seine/ihre eigenen Moralvorstellungen zu den einzelnen Beispielen zu erkennen gibt und zeigt, dass für ihn/sie Normen in einer Wertehierarchie angeordnet sind.

Moralisches Urteilen und Handeln kann in sehr unterschiedlichen Motiven gründen. Motive auf niedrigem Urteilsniveau sind eigennützig, mit ihnen verfolgt der Handelnde vor allem das Ziel, selbst keinen Schaden zu nehmen (z. B. nicht bestraft zu werden) oder eine Gegenleistung zu erhalten. Auf höherem Niveau liegen solche Motive, mit denen der Handelnde in den Augen anderer, wichtiger Personen Anerkennung zu finden hofft. Die „Stufen der Moralentwicklung“ sind an die Stufen von Kohlberg angelehnt. Der Klient soll mit Hilfe der Arbeit an diesem Schaubild verstehen, dass er sich in einer (moralischen) Entwicklung befindet und nicht auf einer Stufe verhaftet ist.

Motive auf höchstem Niveau werden in solchen – seltenen – Fällen sichtbar, in denen sich ein Handelnder von verinnerlichten Normen leiten lässt, mit denen er sich zwar an umfassenden ethischen Systemen anlehnt, ohne aber sklavisch von ihnen abhängig geworden zu sein. Man kann diese Rangreihe der moralischen Urteilsbildung auch nach dem Grad der Autonomie bilden: Heteronome Motive orientieren sich an Lohn und Strafe oder an den Erwartungen anderer. Autonome Motive sind internalisiert, sie sind in das eigene Selbst eingebunden und daher von den Erwartungen anderer relativ unabhängig – und darum auch haltbarer, weil sie auch dann wirksam sind, wenn der Handelnde sich unbeobachtet fühlt oder keine Bestrafung befürchten muss.

Übung 1: Wie lernt man (moralisch) „richtig“ und „falsch“ unterscheiden?

Fragen Sie den Klienten, **wie ein Kind den Unterschied zwischen 'richtig' und 'falsch' lernt**. Erfragen Sie, wer ihn als Kind den Unterschied zwischen richtig und falsch gelehrt hat und was er von Mutter oder Vater diesbezüglich gelernt hat. Erklären Sie, dass Menschen vom Augenblick der Geburt an lernen. Anfangs lernen sie die meisten Dinge von ihren Eltern, aber mit den Jahren nehmen auch andere, Verwandte, Freunde, Idole und Vorbilder, Einfluss.

Fragen Sie, **wer außer seinen Eltern einen starken Einfluss auf ihn hatte oder hat** und **was er von denen jeweils gelernt hat** (sofern er das benennen kann). Verwenden Sie, was der Klient sagt und schlagen sie unten genannte Alternativen vor. Fragen Sie ihn auch, **ob er auf andere Menschen Einfluss hatte** oder hat.

- Familie
- Verwandte
- Freunde
- Lehrer
- das Beobachten anderer
- Strafvollzug
- Insassen
- andere Einflüsse, z.B. Fernsehen, Bücher, Musik.

Übung 2: Wen oder was fragt man um Rat?

Diese Übung dient der Vorbereitung zur Übung 3: Stufen der Moral. Der Klient soll kurz überlegen, wie man in konflikthaften Situationen moralisch vertretbare Lösungen findet. Der Klient soll versuchen zu erklären, woran er denkt, um bei so schwierigen moralischen Fragen wie jenen in der vergangenen Sitzung zu einer Entscheidung zu gelangen.

Dabei sollen im Gespräch mit Ihnen folgende Aspekte angesprochen werden (hier eine Liste für den Trainer/die Trainerin!):

- Reicht es mich selbst zu befragen oder muss ich mich an anderen Menschen orientieren?
- Ist meine Methode funktional?
- Wie kann sich Moral entwickeln?

Übung 3: Stufen der Moral verstehen

Legen Sie dem Klienten das Bild auf der nächsten Seite vor und gehen Sie mit ihm die Stufen durch. Er soll verstehen, wie die **Stufen aufeinander aufbauen** und dass sich **Moral im Laufe des Lebens entwickeln kann**. Vermitteln Sie dem Klienten das Gefühl, dass es spannend sein kann, zu überlegen, auf welcher Stufe er zurzeit steht und wo er hin möchte.

Hier einige **Hinweise** zu den Stufen **für den Trainer/die Trainerin**:

Stufe 1: „Was werde ich tun, wenn ich nur daran denke, was ich jetzt gerade will?“

Diese Stufe orientiert sich einzig an der Befriedigung momentaner Bedürfnisse. Ein kleines Kind sieht bspw. ein Glas Nutella und will es auf der Stelle aufessen, egal, ob es danach Bauchweh bekommen wird oder ob es anderen die Nutella wegnimmt. Diese Stufe haben die Klienten vermutlich schon überwunden.

Stufe 2: „Was werde ich tun, wenn ich die Konsequenzen für mich bedenke?“

Auf dieser Entwicklungsstufe entscheidet der Klient immer noch egozentrisch. Er ist – im Vergleich zur Stufe 1 – aber schon in der Lage, die Konsequenzen seines Handelns für sich selbst zu berücksichtigen. Allerdings bezieht er andere nur insoweit in die Entscheidungsfindung ein, als sie ihm nützen oder schaden. Klienten, die auf dieser Stufe argumentieren, reagieren in der Regel nur auf die Erwartung von Strafe oder Belohnung.

Stufe 3: „Was werde ich tun, wenn ich erreichen will, dass mich die Beteiligten mögen?“

Auf dieser Entwicklungsstufe bezieht der Klient soziale Aspekte mit in sein Handeln ein. Er möchte die Anerkennung seines Gegenübers und berücksichtigt insofern auch dessen Interessen. Der direkt Beteiligte ist für die Entscheidungsfindung relevant.

Stufe 4: „Was werde ich tun, damit (für mich) wichtige Erwachsene auf mich stolz sein können?“

Über eine höhere moralische Kompetenz verfügen Klienten, die so handeln, dass wichtige Menschen (nicht nur direkt Beteiligte) ihre Entscheidung positiv bewerten würden. Der Denkzeit-Trainer/die Denkzeit-Trainerin könnte zu diesen wichtigen Menschen gehören. So könnte sich der Klient daran orientieren, ob sich sein Trainer/seine Trainerin über eine getroffene Entscheidung freuen würde.

Stufe 5: „Was werde ich tun, wenn ich das Wohl der Allgemeinheit berücksichtige?“

Da kaum ein Klient auf dieser Stufe argumentieren kann, ist sie nur der Vollständigkeit halber abgebildet. Sofern ein Klient allerdings danach fragt, können Sie ihm diese Stufe erklären. Auf Stufe 5 zu stehen, würde bedeuten, das Wohl des Ganzen vor das eigene Wohl zu stellen („Würde ich in einer Welt leben wollen, in der alle so handelten wie ich?“).

Übung 4: Anwendung der Stufen der „Moralleiter“

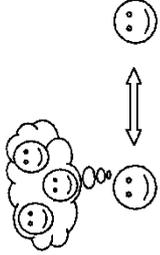
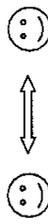
Der Klient soll sich in die folgenden Beispiele hineinversetzen und die einzelnen Stufen der Moral durchgehen. Achten Sie darauf, bis zu welcher Stufe er in der Lage ist, eine **sinnvolle Argumentation** zu entwickeln. Vermutlich wird der Klient versuchen, die Frage auf einer höheren Stufe zu beantworten, aber es wird zu erkennen sein, dass ihm dafür die Begründung fehlt. Es ist für den Trainer/die Trainerin eine lohnende Aufgabe, die Argumente des Klienten einer der oben erläuterten Stufen zuzuordnen. Fragen Sie **jeweils nach der Entscheidung**, die er Stufe für Stufe treffen würde.

Sie haben Ihrem Freund versprochen, beim Autoreparieren zu helfen, weil Sie das richtige Werkzeug haben und gut damit umgehen können. Nachmittags ruft aber Ihre Partnerin an und sagt, dass sie für heute Abend zwei Freikarten fürs Kino hat.

Sie schreiben eine Abschlussarbeit für Ihre Ausbildung. Eigentlich wollten Sie dafür mit ihrem Kumpel lernen, aber der hat sich lieber abends ständig verabredet und Party gemacht, während Sie gelernt haben. Sie wären meist gern mit ihm gegangen, haben sich dann aber fürs Lernen entschieden. In der Arbeit fragt Ihr Kumpel nun, ob er abschreiben darf, weil er selbst nicht genug gelernt hat.

Denkaufgabe: Der Klient soll darüber nachdenken, wann er schon mal moralisch gehandelt hat und auf welcher Stufe er dabei stand (Geben Sie ihm dazu ggf. das Bild mit).

Stufen der Moralentwicklung

<p>Ich denke daran, wie ich eigentlich sein möchte.</p>				<p>„Was werde ich tun, wenn ich das Wohl der Allgemeinheit berücksichtige?“</p>
	<p>Ich denke daran, was „gute“ Erwachsene über mein Verhalten denken würden.</p>			<p>„Was werde ich tun, damit wichtige Erwachsene auf mich stolz sein können?“</p>
		<p>Ich denke an die Beteiligten.</p>		<p>„Was werde ich tun, wenn ich erreichen will, dass mich die Beteiligten mögen?“</p>
		<p>Ich denke an Konsequenzen.</p>		<p>„Was werde ich tun, wenn ich die Konsequenzen für mich bedenke?“</p>
		<p>Ich denke an mich.</p>		<p>„Was werde ich tun, wenn ich nur daran denke, was ich jetzt gerade will?“</p>

21. Sitzung: Dilemmata

Während die zurückliegenden Sitzungen dem Klienten helfen sollten zu verstehen, dass Entscheidungen in Situationen mit moralischem Aspekt vom Standpunkt abhängen und selten allgemeingültig zu bewerten sind, soll er nun Dilemmasituationen als solche erkennen und benennen lernen, welche moralischen Einstellungen sich gegenüberstehen.

Derartige Dilemmata sind im Alltag recht häufig; die Beschäftigung mit ihnen soll den Klienten auch anregen, Konfliktsituationen zu analysieren.

Ein Dilemma ist eine Situation, in der zwei Lösungen gleichermaßen richtig sein können, sich aber gegenseitig ausschließen. In solchen Situationen muss man sich für eine der Handlungsmöglichkeiten entscheiden. Meist liegt beiden Handlungsmöglichkeiten eine sinnvolle moralische Regel zugrunde, die man eigentlich gern beachten würde. Zum Beispiel ist es richtig, sich einem Freund gegenüber loyal zu verhalten und gleichzeitig ist es richtig, ein Geheimnis nicht preiszugeben. In der Situation der ersten Übung ist es nicht unmöglich beide Regeln gleichzeitig zu befolgen. Man muss sich in Dilemma-Situationen also für die bessere der beiden schlechten Lösungen entscheiden.

Übung 1: Definition

Der Klient soll sich das folgende Beispiel vorstellen. Er soll erklären, warum es so schwierig ist zu wissen, was das „Richtige“ ist und so selbst eine Definition für den Dilemmabegriff entwickeln. Helfen Sie ihm dabei soviel wie nötig.

Sie spielen zusammen mit Ihrem Freund in einer Sportmannschaft. Nun soll für ein Turnier die Mannschaftsaufstellung bestimmt werden. Der Trainer will das mit Ihnen bereden, aber Sie müssen ihm vorher versprechen, noch niemandem davon zu erzählen. Er sagt Ihnen, wer spielen soll und Sie erfahren, dass Ihr Freund nicht mit aufgestellt werden soll. Etwas später fragt Sie Ihr Freund, ob Sie schon wissen, wer für die Mannschaft ausgewählt wurde.

Warum ist es so schwierig zu wissen, was hier das „Richtige“ ist?

Übung 2: Was ist schwierig an Dilemmata?

Der Klient soll darüber nachdenken, was **das Schwierige an Dilemmata** sein könnte. Er soll verstehen, dass beide Lösungen richtig sind, dass man aber doch nur einer folgen kann. Bitten Sie ihn, eigene passende **Beispiele** zu finden.

Helfen Sie ihm und fragen Sie z.B. nach,

- ob es schon einmal vorgekommen sei, dass er die Unwahrheit gesagt hat, weil er einen Freund nicht verraten wollte...
- ob seine Kumpels einen Plan hatten, aber eigentlich wollte er nicht mitmachen...
- ob er mal irgendwo mitgemacht habe, obwohl er hätte wissen können, dass diese Sache am Ende schlecht ausgehen wird (für ihn oder andere) ...
- ob er sich an einen Jugendlichen erinnern kann, der wirklich schlimme oder gemeine Sachen gemacht hat, die absolut nicht in Ordnung waren, aber wenn man denjenigen besser kannte, konnte man ihn sogar verstehen...
- ob er von anderen Insassen wusste, die etwas Verbotenes gemacht haben und überlegte, ob er es den Bediensteten sagen sollte, um nicht dafür bestraft zu werden, dann aber als „Verräter“ gelten würde

Übung 3: Verschiedene Dilemmata

Erklären Sie dem Jugendlichen, dass es bei **Dilemmata** darauf ankommt festzustellen, welche **Alternativen sich gegenüberstehen**. Machen Sie deutlich, dass sich ein Dilemma dadurch auszeichnet, dass **zwei Entscheidungen unvereinbar sind**, aber beide können richtig sein.

Arbeiten Sie die folgenden Beispiele durch, indem Sie jeweils

mit dem Klienten herausfinden, worin das Dilemma besteht (was sich gegenübersteht). Finden Sie dafür Überbegriffe, wie diejenigen, die in den Beispielen angegeben sind)

und

indem Sie ihn fragen, **von welcher Stufe** aus er das Problem betrachten und lösen möchte. Es wird hilfreich sein, wenn Sie das Schaubild vor den Klienten legen und mit einem Stein o.ä. markieren, von wo aus er argumentiert. Er soll selbst entscheiden, von welcher Stufe aus er überlegen will.

Wahrheit-gegen-Loyalität-Dilemma: Wir verspüren solch ein Dilemma, wenn wir uns zwischen der Wahrheit auf der einen Seite und der Verbundenheit mit einem Freund, einer Gruppe oder einer Idee auf der anderen Seite hin- und hergerissen fühlen.

Michael weiß, dass sein Zellenkumpan schon des Öfteren von anderen Insassen etwas gestohlen hat. Er wird in das Büro des Pädagogen gerufen und gefragt, ob er wüsste, wer von den anderen Insassen stiehlt.

- Worin besteht das Dilemma?

- Was würden Sie tun (von der Stufe aus, auf der Sie stehen)?

Selbst-gegen-Gemeinschaft-Dilemma: Dieses Dilemma erleben wir, wenn wir in der Entscheidungsfindung zwischen den Interessen einer einzigen Person/oder einer kleinen Gruppe auf der einen Seite und den Interessen der Gesellschaft oder einer großen Interessengruppe auf der anderen Seite schwanken.

Mike gehört zu einer Band, aber seine Freundin findet diese Leute blöd und möchte mit ihm allein sein. Auch er möchte den heutigen Abend lieber mit ihr verbringen, aber heute Abend trifft sich seine Gruppe, um ein neues Stück zu proben. Ohne ihn können sie nicht richtig üben.

- Worin besteht das Dilemma?

- Was würden Sie tun (von der Stufe aus, auf der Sie stehen)?

Kurzzeit-gegen-Langzeit-Dilemma: Dieses Dilemma meint Situationen, in denen wir uns entscheiden müssen, ob wir einen raschen Vorteil oder einen langfristig wirkenden Erfolg vorziehen.

Thorsten hat eine Arbeit, bei der er viele gute Erfahrungen sammeln kann, um sich später einmal für einen richtig guten Job bewerben zu können. Nun wurde ihm eine andere Arbeit angeboten, die zwar besser bezahlt ist, aber keine Zukunft hat. Seine Familie ist sehr auf Thorstens Einkommen angewiesen, aber wenn er den besser bezahlten Job annimmt, vergibt er sich vielleicht Zukunftsperspektiven. Soll er die neue Arbeit annehmen oder lieber die alte Arbeit behalten?

- Worin besteht das Dilemma?

- Was würden Sie tun (von der Stufe aus, auf der Sie stehen)?

Gerechtigkeit-gegen-Verständnis-Dilemma: In dieses Dilemma geraten wir, wenn wir in der Beurteilung eines Fehlverhaltens auf der einen Seite jeden Fall gleich behandeln wollen, aber auf der anderen Seite Mitgefühl und Verständnis zeigen und besondere Umstände anerkennen möchten.

Eine Lehrerin hat eine Schülerin, die in diesem Schuljahr sehr hart gearbeitet hat und sich insgesamt sehr verbessert hat. Dennoch versagt sie in einer wichtigen Prüfung und macht zu viele Fehler. Soll die Lehrerin die Schülerin bestehen oder durchfallen lassen?

- Worin besteht das Dilemma?

- Was würden Sie tun (von der Stufe aus, auf der Sie stehen)?

Denkaufgabe: Der Klient soll zur nächsten Sitzung ein Beispiel für ein Dilemma geben, vor dem er mal gestanden hat (oder steht).

22. Sitzung: Konfliktsituationen

Der Klient soll in dieser Sitzung nochmals Konfliktsituationen mit moralischem Gehalt durchdenken. Vor allem kommt es darauf an, dass er erkennt, dass es verschiedene sich widersprechende Handlungsmöglichkeiten gibt und sich dann begründet entscheidet. Die meisten Menschen neigen dazu, in konfliktreichen Situationen auf alte Verhaltensmuster zurückzugreifen, relativ unabhängig davon, ob sie sich als funktional erwiesen haben. Die kognitive Auseinandersetzung mit eigenen Handlungsentscheidungen ist eine Voraussetzung dafür, in einer vergleichbaren Situation zukünftig anders zu handeln.

Übung 1: Beispiele zum moralischen Handeln

Suchen Sie sich aus der folgenden Beispielsammlung 2-3 Situationen aus, die Ihnen passend erscheinen und bearbeiten Sie sie mit dem Klienten. Er soll jeweils **den Konflikt erkennen**, die **Perspektive der höchsten moralischen Stufe einnehmen, die ihm möglich ist, ohne sich zu überfordern** und sich dann **entscheiden**. Lassen Sie ihn seine Entscheidungen gut begründen. Dem Klienten werden diese Übungen schwer fallen, erkennen Sie seine Bemühungen an und achten Sie darauf, dass Sie seine Entscheidung akzeptieren, auch wenn Sie selbst anders entscheiden würden. Sofern es für den Klienten hilfreich ist, sollten Sie in Ihrer Einstellung sichtbar werden. Wichtig ist dann, dass Sie den Weg Ihrer Entscheidungsfindung schildern.

Sollte der Klient sein Gegenüber nicht in sein Urteil einbeziehen, konfrontieren Sie ihn mit den Gefühlen, Einstellungen und Bedürfnissen der anderen Person(en), um den (nötigen) Perspektivenwechsel deutlich zu machen.

Beispiel 1

Ihre Freundin fragt, ob Sie ein Geheimnis für sich behalten können. Sie sagen natürlich „ja“. Sie erzählt Ihnen, dass sie schon des Öfteren Geld von anderen Schülern gestohlen hat. Die Freundin bittet Sie nochmals, das Geheimnis für sich zu behalten. Sie versprechen es ihr. Die Direktorin geht den Diebstählen nach und bittet Sie in ihr Büro. Sie fragt Sie, ob Sie eine Ahnung hätten, wer das Geld gestohlen haben könnte.

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie tun?

Beispiel 2

André hat wegen Einbrüchen und Motorrad- und Autodiebstählen eine Jugendstrafe auf Bewährung erhalten. Das Gericht teilte ihm mit, dass er um die Einweisung in die Jugendstrafanstalt herkommt, wenn er sich in den nächsten 12 Monaten tadellos verhält. Während der nächsten 11 Monate lässt sich André nichts zuschulden kommen. Er besucht regelmäßig die Schule und gerät in keinerlei Schwierigkeiten. Nach 11 Monaten schwänzt er die Schule und wird vom Gericht vorgeladen. Laut Gesetz müsste er nun mit einer Gefängnisstrafe rechnen. Sollte das Gericht ‚Gnade vor Recht‘ ergehen lassen, und wenn ja, würde dies nicht ein schlechtes Beispiel für andere jugendliche Straftäter sein?

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie an der Stelle des Richters tun?

Beispiel 3

Stefan ist ein jugendlicher Straftäter, der schon mehrmals wegen Diebstahls, Einbrüchen und Raubüberfällen zur Rechenschaft gezogen wurde. Er hat mittlerweile versucht, sich nichts mehr zuschulden kommen zu lassen, und hat alle Auflagen des Gerichtes erfüllt. Er ist jetzt 16 Jahre und sieht sich nach einer Arbeit um. Er begibt sich zur örtlichen Arbeitsvermittlung und findet einen Malerjob. Die Arbeit beinhaltet das Malern in Privathäusern. Er wird zum Vorstellungsgespräch eingeladen. Der Chef der Malerfirma liest Stefans Unterlagen und ihm fallen auch die Straftaten ins Auge. Einerseits findet der Chef der Malerfirma Stefan sehr geeignet für diese Arbeit, hat aber Zweifel, ob er ihm angesichts seiner Straftaten eine Chance geben sollte.

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie an Stelle des Chefs der Malerfirma tun?

Beispiel 4

Tanja hat jede Woche ihr Taschengeld gespart, um sich ihre Lieblingsklamotten kaufen zu können. Sie möchte Jeans und Turnschuhe haben, die insgesamt 200 Euro kosten. Um das Geld zu sparen, hat Tanja auf vieles verzichten müssen, z.B. mit ihren Freunden zu Konzerten oder in die Kneipe zu gehen. Sie hat außerdem einen Wochenendjob angenommen. Tanja hat ihre Mutter nicht angepumpt. Tanjas Mutter hat nicht viel Geld, sie muss Sachen für Tanjas zehnjährigen Bruder kaufen, der aus all seinen Klamotten herausgewachsen ist. Die Sachen für ihn werden mindestens 300 € kosten.

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie an der Stelle von Tanja tun?

Beispiel 5

Eine Sozialpädagogin arbeitet mit einer 15-jährigen Jugendlichen, die wegen eines Raubüberfalls auf eine alte Dame in den Jugendarrest kam. Die alte Frau wurde bei dem Überfall schwer verletzt. Die Jugendliche hat die Tat geleugnet und vor Gericht behauptet, unschuldig zu sein. Sie hat schon des Öfteren Gleichaltrige und alte Menschen überfallen und ihnen Geld gestohlen. Dabei wurde sie jedoch selten ertappt, denn sie konnte meistens verschwinden, bevor jemand sie erkannte. Nun kann es sehr gut sein, dass ihr die Tat wieder nicht nachgewiesen werden kann und sie freigesprochen wird. Der Sozialpädagogin gegenüber hat die Jugendliche aber zugegeben, die alte Dame überfallen und ausgeraubt zu haben. Sie hat außerdem zugegeben, weitere Überfälle zu planen.

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie an der Stelle der Sozialpädagogin tun?

Beispiel 6

Amir ist ein Flüchtling, der vor drei Monaten ohne seine Familie nach Deutschland kam. Er lebt bei seiner Tante und seinem Onkel. Bisher hat er in der deutschen Schule keine guten Erfahrungen gemacht. Die anderen Schüler wollen nicht neben ihm sitzen und mit ihm sprechen, weil er ein Flüchtling ist und die deutsche Sprache nicht gut beherrscht. Die Mitschüler lachen über ihn, ärgern ihn und schreien ihn an, wenn es der Lehrer nicht merkt. Sie machen sich über Amirs Hautfarbe lustig und sagen ihm, dass er wieder nach Hause fliegen solle. Sie lachen über seine Versuche, deutsch zu sprechen, sagen ihm, dass er stinke und blöd sei. Amir ist ganz deprimiert. Er behält all das, was ihm angetan wird, für sich, weil er Angst hat, dass er noch stärker abgelehnt wird, wenn er sich dem Lehrer oder seinen Verwandten anvertraut. Sie sind in einer Klasse mit Amir, aber gehören nicht zu denen, die sich über Amir lustig machen.

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie tun?

Beispiel 7

Serkan arbeitet bei einem Gemüseladen. Ab und an nimmt er heimlich ein wenig Gemüse mit nach Hause. Seine Familie bekommt zwar Sozialhilfe, aber seine Mutter kauft für das meiste Geld Alkohol. Häufig bleibt nicht mehr genug für Lebensmittel übrig, so dass er und seine Geschwister immer wieder hungrig ins Bett gehen müssen.

Eines Tages entdeckt der Chef den Diebstahl und droht damit, Serkan zu kündigen. Serkans Vorgänger hatte auch gestohlen und wurde sofort entlassen. Serkan erzählt dem Chef die ganze Geschichte, obwohl ihm das sehr peinlich ist.

- Worin besteht das Dilemma?
- Was würden Sie an der Stelle des Chefs tun?

Denkaufgabe: Bitten Sie den Jugendlichen Ihnen eine Situation mit moralischem Gehalt zu schildern, die er früher anders bewertet hätte (also von einer niedrigeren Stufe aus) als heute.

23. Sitzung: Handlungsrahmen

Es soll Ziel dieser Sitzung sein, viele verschiedene (in der Regel unbewusste) Handlungsregeln kennen zu lernen und zu verstehen, dass diese notwendig sind, um sich in sozialen Situationen zu orientieren, und dass man sie erst bemerkt, wenn „etwas aus dem Rahmen fällt“.

Delinquente Jugendliche kommen zu einem großen Teil aus sozial benachteiligten Familien und erleben dort weniger unterschiedliche soziale Situationen als Jugendliche, die in einem kulturell anspruchsvolleren Umfeld aufwachsen. Sie werden sich in sozialen Zusammenhängen zunehmend besser zurecht finden, wenn sie mehr dieser Situationen einschätzen können, d.h. mehr Rahmenbedingungen kennen.

Außerdem soll die reflexive Betrachtung angeregt werden. Die unten dargestellten Beispiele fördern die Metakognition. Im Unterschied zur der auf das Individuum bezogenen Metakognition ist dies eine soziale Metakognition: Wir bewerten das Handeln des Einzelnen nach den geltenden Regeln, die uns im Allgemeinen nicht bewusst sind, sondern uns erst bewusst werden, wenn wir eine Regelverletzung erleben.

Übung 1: Situationen, die „aus dem Rahmen fallen“

Lesen Sie mit dem Klienten die folgenden Geschichten und besprechen Sie mit ihm, **was daran auffällig ist und warum**. Entwickeln Sie mit ihm **Vorstellungen von angemessenem Verhalten** in den verschiedenen Situationen. Der Klient soll erkennen, dass jeder Situation ungeschriebene Regeln zugrunde liegen, die „den Rahmen der Situation“ festlegen.

Hassan geht zu seinem Hausarzt, um mit ihm über seine bevorstehende Reise zu sprechen und sich wegen seiner Halsentzündung untersuchen zu lassen. Sie reden lange miteinander und als Hassan gehen will, sagt der Arzt, dass er jetzt Pause macht und mit runter kommen will. Hassan wartet in der Tür, bis der Arzt seinen Kittel ausgezogen hat.

Sie fahren gerade gemeinsam im Fahrstuhl runter, als Hassan einfällt, dass er ganz vergessen hat, sich in den Hals gucken zu lassen. „Kein Problem“, entgegnet der Arzt, „dann mache ich das schnell noch. Können Sie bitte mal den Kopf nach hinten legen und den Mund weit öffnen?“ Hassan fühlt sich unwohl, obwohl der Arzt ihm schon oft in den Hals geguckt hat. Er weiß nicht, was er tun soll. Warum fühlt er sich so unwohl?

Burim, Steffen und Arthur sitzen in der S-Bahn. Der Zug hält lange in einem Bahnhof. Dann steigt ein Mann mit Aktenkoffer und Anzug ein, setzt sich auf einen freien Platz und ruft: „Der Zug endet hier, bitte alle aussteigen.“

Burim, Steffen und Arthur gucken sich um, um zu sehen, was die anderen Passagiere machen. Warum sind die drei so ratlos?

Konstantin hat einen Termin bei seinem Bewährungshelfer. Als er ankommt, sitzt dieser noch am Computer. Kaum hat Konstantin den Raum betreten, fragt der Bewährungshelfer: „Sie kennen sich doch sicher mit den Dingen aus, oder? Könnten Sie den Computer rasch aufschrauben und mal einen Blick hinein werfen? Das Werkzeug liegt dort hinten in der Kiste“. Konstantin überlegt, was er tun soll. Warum fühlt er sich unsicher?

Übung 2: Handlungsrahmen von Situationen

Erklären Sie dem Klienten, warum es wichtig ist, sich **in unterschiedlichen Situationen jeweils angemessen verhalten zu können**. Gehen Sie die unten beschriebenen Situationen durch und arbeiten Sie mit dem Klienten die unterschiedlichen „**Rahmen der Situationen**“ heraus.

Betonen Sie diejenigen Regeln, die allgemein gültig sind. Ziel ist, dass der Klient versteht, dass wir Rahmen kennen (auch wenn sie uns meist nicht bewusst sind) und sie brauchen, um zu verstehen „was hier eigentlich los“ ist.

Welche ungeschriebenen Regeln gibt es

- in einer Kirche/Moschee?
- beim Bewährungshelfer?
- im Denkzeit-Training?
- in einer (Berufs-)Schule?
- zu Hause im Kreise der Familie?
- zu Hause, wenn Besuch da ist?

Übung 3: Männer und Frauen

Besprechen Sie mit dem Klienten, welche unterschiedlichen Rahmensituationen, also welche ungeschriebenen Regeln es gibt, die typisch für das Verhalten von Frauen und typisch für das von Männern sind. Im Folgenden sind einige Beispiele zur Hilfe zu finden:

- Männer unter sich
- Frauen unter sich
- Männer mit Frauen in der Öffentlichkeit
- Männer mit Frauen zu Hause
- Begrüßungen und Verabschiedungen mit bekannten und mit fremden Frauen

Übung 4: Die Grenzen des Rahmens

Fragen Sie den Klienten, wie man sich in den unterschiedlichen sozialen Situationen „**richtig**“ **verhalten** sollte und **welche Grenzen** es jeweils gibt? Also, wann „fällt etwas aus dem Rahmen“ und wann ist das Verhalten gerade noch angemessen?

- Der Meister sagt seinem Azubi welche Arbeitsaufgaben er zu erledigen hat.
- Die Denkzeit-Trainerin weist den Klienten für seine Verspätung zurecht.
- Der Fahrkartenkontrolleur fordert die Fahrkarte.

Denkaufgabe: Der Klient soll in der nächsten Sitzung davon erzählen, welche Handlungsregeln er in seinem Alltag entdeckt hat.

24. Sitzung: Das eigene Ideal

Diese Sitzung widmet sich dem Ideal-Selbst des Klienten. Hierbei geht es nicht um die Ansprüche und Wertmaßstäbe, die Dritte (die Erwachsenen, die Eltern und die Pädagogen/Pädagoginnen) an ihn richten, sondern um diejenigen ethischen Maßstäbe, die der Klient auf sich selbst anwenden möchte. Genauer: Es geht um die Frage, wie der Klient im idealen Falle (also „eigentlich“) sein möchte. Ziel dieser Sitzung ist es, die Ansprüche des Ideal-Selbst kennen zu lernen und über die Frage nachzudenken, wie (un)realistisch diese Ansprüche sind. Ein weiteres Ziel könnte es sein, den Klienten zu ermuntern, sich selbst realistisch zu sehen und dabei auch positive Selbst-Eigenschaften zu erkennen, die er bisher im Dienste eines vielleicht überhöhten Ideal-Selbst entwertet hatte.

In der 20. Sitzung war mit dem „Ideal-Test“ schon eine Instanz angesprochen worden, die in jedem Menschen als Maßstab für ein ideales Denken und Handeln wirksam ist: Das „Ideal-Selbst“, also die Summe aller Eigenschaften, die uns im idealen Falle auszeichnen sollten. Das Ideal-Selbst gibt uns also vor, wie wir „eigentlich“ sein sollten. Wir erreichen es nie, aber wir streben ihm doch nach. Wenn die Ziele unseres Ideal-Selbst weit über unseren wirklichen Eigenschaften liegen, dann ist dies womöglich eine Quelle fortgesetzter Unzufriedenheit mit uns selbst. Normalerweise aber können wir die Spannung zwischen dem, wie wir wirklich sind, und dem, wie wir eigentlich sein sollten, recht gut aushalten. Zwar müssen wir immer wieder einmal vor uns selbst einräumen, dass wir unser Ideal-Selbst verfehlen, aber wir fühlen uns durch diese „Verfehlung“ nicht grundsätzlich in Frage gestellt.

Delinquente Jugendliche haben häufig ein stark überhöhtes „Ideal-Selbst“ entwickelt, das sie wie eine Ikone vor sich hertragen. Aber sie spüren immer wieder sehr genau, wie weit sie von diesem Ideal entfernt sind. Warum halten sie trotzdem an ihm fest? Weil sie in der Welt der „wirklich guten Menschen“ verankert sein möchten und hoffen, doch „irgendwie“ einmal so sein zu können. Wenn sie dann Straftaten begehen, schützen sie sich vor bitterer Selbsterkenntnis, indem sie eine Scheinbegründung (also eine Rationalisierung) erfinden, die ihnen die Verfehlung rechtfertigen soll. Dann erscheint ihnen z. B. ein Kaufhausdiebstahl zwar „an sich“ falsch, aber sie sagen sich, dass die aktuellen Umstände ihnen kein anderes Handeln erlaubten, außerdem sei ja das Warenhaus gut versichert etc. – und nicht selten finden sie Pädagogen/Pädagoginnen, die aus ideologischen Gründen derartige Rationalisierungen mit ihnen teilen.

Ein überhöhtes Ideal-Selbst ist auch ein Zeichen mangelnder moralischer Autonomie. Oft orientiert es sich an einem ganz unrealistischen, idealisierten Vorbild (z. B. an einem Pop-Star) oder an gängigen Klischees der eigenen Kultur oder Subkultur. Einige delinquente Jugendliche wenden sich betont gegen die Ideale der bürgerlichen Gesellschaft, in der sie leben, und idealisieren diejenigen Wertvorstellungen, die in ihrer Subkultur, z. B. in ihrer Jugendgang, gelten. Sie versuchen dadurch Selbstbewusstsein zu gewinnen, dass sie diese Ideale möglichst perfekt verwirklichen. Ganz gleich aber, welches Vorbild zur Modellierung eines überhöhten Ideal-Selbst gedient haben mag: In jedem Falle ist es dem eigenen Selbst fremd, und es wirkt zuweilen wie ein unbarmherziger Feind im Inneren.

Ziel des Denkzeit-Trainings sollte es sein, überhöhte und unrealistische Ziele des Ideal-Selbst zur Sprache zu bringen und vielleicht in kleinen Schritten zu korrigieren. Vor allem aber sollte der Klient darin bestärkt werden, sich selbst realistischer zu betrachten. Im Unterschied zu den bisher durchgearbeiteten Übungen geht es in diesem Falle nicht darum, die eigenen Verfehlungen wahrzunehmen, sondern um die positiven Eigenschaften, die er zweifellos auch hat und die er selbst unter dem Druck seines überhöhten Ideal-Selbst immer entwertete. Beispiel: Ein Klient, der findet, dass man „eigentlich“ immer die Wahrheit sagen müsste, wird einerseits sein häufiges Lügen wegrationalisieren und damit vor sich selbst verleugnen; aber er wird die – wenn auch seltenen – Fälle, in denen er wahrhaftig auftrat, auch nicht schätzen können.

Diese Übung stellt sehr hohe Anforderungen an den Klienten. Nicht jeder wird die komplexen Zusammenhänge verstehen und auf sich selbst anwenden können. In einigen Fällen werden Klienten starke Abwehrmechanismen entwickeln, die wir im Rahmen dieser Sitzung nicht bearbeiten können; in diesen Fällen sollten Sie die Abwehr des Klienten akzeptieren.

Übung 1: Das Ideal-Selbst kennen lernen

In der ersten Übung soll sich der Klient die Wertvorstellungen seines Ideal-Selbst vor Augen führen. Stellen Sie ihm die zahlreichen nun **folgenden Fragen**, die darauf abzielen, die **Differenzen zwischen Real-Selbst und Ideal-Selbst sichtbar werden zu lassen**. Sie können die Fragen – vielleicht auch mit Hilfe des Klienten erweitern oder auch einzelne Beispiele weglassen, die Ihnen im Falle Ihres Klienten unpassend erscheinen. Der Klient soll jeweils mit „ja“ oder „nein“ antworten, aber sehr oft wird es sinnvoll sein, in der Antwort zu relativieren, etwa „ich bin ein bisschen so wie...“ oder „ich möchte ungefähr so sein wie...“. Bitte notieren Sie die Antworten, Sie werden sie in der folgenden Übung aufgreifen.¹⁰

1. Kevin ist der Mutigste in seiner Gang (Gruppe).

Sind Sie so wie Kevin?

Möchten Sie so sein wie Kevin?

2. Ingo ist der beste Fußballspieler.

Sind Sie wie Ingo?

Möchten Sie sein wie Ingo?

3. Mit Stefan möchten alle befreundet sein.

Sind Sie wie Stefan?

Möchten Sie so sein wie Stefan?

4. Vor Andreas haben die anderen Angst.

Sind Sie wie Andreas?

Möchten Sie so sein wie Andreas?

5. Dennis lässt sich nie erwischen.

Sind Sie wie Dennis?

Möchten Sie so sein wie Dennis?

6. Jörg hat immer einen guten Spruch drauf.

Sind Sie wie Jörg?

Möchten Sie so sein wie Jörg?

7. Patrick ist schlauer als die anderen.

Sind Sie wie Patrick?

Möchten Sie so sein wie Patrick?

8. Arthur hat keine Angst vor der Polizei.

Sind Sie wie Arthur?

Möchten Sie so sein wie Arthur?

¹⁰ In der Arbeit mit weiblichen Jugendlichen setzen Sie bitte Mädchennamen ein.

9. Konstantin kennt sich selbst sehr gut.

Sind Sie wie Konstantin?

Möchten Sie so sein wie Konstantin?

10. Marcel kann über vieles reden.

Sind Sie wie Marcel?

Möchten Sie so sein wie Marcel?

11. Florian kümmert sich nicht um die anderen.

Sind Sie wie Florian?

Möchten Sie so sein wie Florian?

12. Emrah zieht immer sein Ding durch.

Sind Sie wie Emrah?

Möchten Sie so sein wie Emrah?

13. Thorsten ist sehr stark.

Sind Sie wie Thorsten?

Möchten Sie so sein wie Thorsten?

14. David ist immer für seine Freunde da.

Sind Sie wie David?

Möchten Sie so sein wie David?

15. Achim lässt sich von Erwachsenen nicht beeinflussen.

Sind Sie wie Achim?

Möchten Sie so sein wie Achim?

16. Sinan weiß ganz genau, was er einmal erreichen will.

Sind Sie wie Sinan?

Möchten Sie so sein wie Sinan?

Übung 2: Wie bin ich?

Nehmen Sie die **Ergebnisse der Übung 1** und gehen Sie zunächst diejenigen Eigenschaften durch, die der Klient für sich in Anspruch nahm (also „ich bin so wie...“). Gehen Sie mit ihm diese Eigenschaften noch einmal durch, **fertigen Sie eine Liste an** und fragen Sie ihn, **wie wichtig es ihm ist, so zu sein**. Dann versuchen Sie mit seiner Hilfe, die **bisherige Liste zu erweitern**, machen Sie ihm ggf. dazu eigene Vorschläge. Vermeiden Sie aber moralisierende und überhöhte Ideale wie „ich sage immer die Wahrheit“ oder „ich halte immer meine Versprechen“.

Übung 3: Das Ideal befragen

Greifen Sie nun diejenigen **Eigenschaften aus der ersten Übung** auf, die der Klient anstrebt, aber **nicht verwirklicht** („ich bin nicht so wie ..., aber ich möchte so sein wie er.). Fragen Sie ihn, wie anstrengend es sein mag, solche Ideale zu verfolgen, und überlegen Sie mit ihm gemeinsam, ob es sehr schlimm ist, nicht so ideal zu sein, wie man „eigentlich“ sein sollte. Erklären Sie ihm, dass die meisten Menschen nicht so sind, wie sie eigentlich sein möchten, und dass das aber nicht entmutigend sein muss.

Der Sinn dieser Übung liegt darin, die oft **unbarmherzigen Ideale im eigenen Selbst etwas zu relativieren**. Der Klient soll lernen, dass es zwar ein Ziel sein könnte, so beliebt zu sein, dass jeder mit ihm befreundet sein möchte. Aber im Alltag wird es genügen, so beliebt zu sein, dass einige – aber nicht alle – ihn mögen und mit ihm befreundet sein möchten. Derartige Relativierungen dienen nicht dazu, das Ziel („alle möchten mit mir befreundet sein“) infrage zu stellen oder gar in sein trotziges Gegenteil („mir sind alle egal“) zu verwandeln. Aber die Ideale des Klienten sollten in erreichbare Nähe gerückt werden und vor allem ihren imperativen Charakter (man **muss** so sein) verlieren.

Übung 4: Sich selbst akzeptieren

In der letzten Übung dieser Sitzung soll der Klient darin unterstützt werden, die **guten Eigenschaften, die er wirklich besitzt, wertzuschätzen** und vor dem zu anspruchsvollen Ideal-Selbst zu verteidigen.

Greifen Sie hierzu noch einmal auf die Eigenschaften zurück, die der Klient in der zweiten Übung bei sich selbst gesehen hat. Fügen Sie nun hinzu, was **Sie selbst in den letzten Monaten von ihm erlebt haben**. Sagen Sie ihm, welche positiven Eigenschaften Sie bei ihm erlebt haben, und fragen Sie ihn, ob er sie sich zu Eigen machen kann. Suchen Sie dabei nicht nach „großen“ Tugenden wie Aufrichtigkeit, sozialer Verantwortlichkeit oder der Bereitschaft, sich in andere Menschen einzufühlen. Finden Sie die „kleinen“ guten Eigenschaften, z. B. seinen Mut, manchmal zu widersprechen, wenn er anderer Meinung ist, oder ein schelmisches Lächeln, wenn ihm ein Scherz gelungen war, oder seinen Ernst, mit dem er bestimmte Auffassungen vertrat. Helfen Sie ihm, **auf diese Eigenschaften stolz zu sein**, so dass er sie in sein Selbst integrieren kann und sie nicht vor einem überhöhten Ideal-Selbst verstecken muss.

Denkaufgabe: Der Klient soll bis zur nächsten Sitzung darüber nachdenken, welche positiven Eigenschaften er hat und wie er gern sein würde.

25. Sitzung: Das eigene Handeln reflektieren

In dieser Sitzung soll der Klient die erlernten Prinzipien moralischen Denkens auf das eigene strafbare Handeln anwenden. Möglicherweise empfiehlt es sich, das zuvor gelernte noch einmal durchzugehen und zu wiederholen: Die zwei ethischen Regeln, die vier „Testverfahren“ und die Richtig-gegen-Richtig-Dilemmata.

Die meisten Klienten sprechen nicht gern über ihre Straftaten, sie neigen vielleicht dazu, sie zu bagatellisieren oder gänzlich zu verleugnen. Ziel dieser Einheit ist es aber nicht, sie mit ihren Straftaten zu konfrontieren, sondern sie anzuregen, ihr delinquentes Handeln, über das sie sprechen wollen, zu überdenken und die gelernten Regeln und Prinzipien im Rückblick anzuwenden.

Übung 1: Wiederholung

Wiederholen Sie

- die **Moralstufen**
- Die **Dilemma-Situationen**
- die unterschiedlichen **Rahmen**
- die **Idealvorstellung** des Klienten von sich selbst

Gehen Sie **ggf. die Übungen aus der vorangegangenen Sitzung** durch, die Sie noch nicht bearbeitet haben, wenn Sie das Gefühl haben, der Klient ist in der Anwendung noch unsicher.

Übung 2: Die eigene Straftat

Erklären Sie, dass es im Alltag oft sehr schwierig ist, eine befriedigende Lösung zu finden. Oft aber mangelt es uns nur an Ideen, oder wir denken einfach nicht genug nach. Z.B. wäre es in dem Fall, in dem eine Freundin erzählt hat, dass sie andere bestohlen hat, eine kreative Idee, sie zwar nicht zu verraten, sie aber zu bitten, mehr Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu übernehmen.

Bitten Sie dann den Klienten, über **seine Straftaten zu erzählen**. Er möge sich eine herausuchen, **die ihm selbst Leid tut** oder **über die er sich selbst am meisten geärgert hat**. Schlagen Sie ihm vor, die **Entstehungsgeschichte** dieser Straftat gemeinsam mit ihm durchzugehen und zu überlegen, ob es vor der eigentlichen Tat möglich gewesen wäre, das beabsichtigte Handeln zu überdenken. Wäre es ihm heute möglich, z. B. eines der Testverfahren anzuwenden oder andere (neue) Überlegungen anzustellen, und was würde dabei herauskommen?

Achten Sie darauf, dass der Klient die Gelegenheit bekommt auszudrücken, was er wirklich denkt, und nicht sozial erwünscht antwortet. An dieser Stelle stünden sozial erwünschte Antworten dem Reflexionsprozess entgegen.

Vielleicht wird der Klient sich selbst als Opfer seiner Verhältnisse darstellen und selbst glauben, dass er in der damaligen Situation gar nicht anders handeln konnte. Sie müssen dieser Ansicht nicht widersprechen, aber Sie können darauf hinweisen, dass er mit dem Erlernten die Möglichkeit in die Hand bekommen hat, Probleme zu analysieren, seine Affekte zu erkennen und zu kontrollieren und in seinem Handeln die Interessen der anderen Menschen zu berücksichtigen.

Denkaufgabe: Bitte denken Sie bis zur nächsten Trainingssitzung darüber nach, was Sie in diesem dritten und letzten Modul: „Moralisches Denken und Handeln“ gelernt haben, was für Sie besonders hilfreich war, aber auch, was sie besonders schwierig fanden.

Das Freie Training Methodik und Didaktik



Pädagogische Programme mit delinquenten Klienten können nur dann wirksam sein, wenn es ihnen gelingt, dass der Klient das Erlernte auch nach Abschluss der gemeinsamen Arbeit in seinem Alltag dauerhaft anwendet. Dieses Transferproblem sucht das Denkzeit-Training dadurch zu lösen, dass es im zweiten Teil, dem „Freien Training“, ausschließlich an Problemen arbeitet, die der Klient selbst einbringt, und er soll erfahren, dass das Gelernte in seiner eigenen Lebenswelt nützlich sein kann. Der Klient soll nicht nur in der geschützten Atmosphäre des Trainings und mit der Hilfe seines wohlwollenden Trainers seine Probleme analysieren und lösen, sondern er soll seine Kompetenzen auch allein und in schwierigen und konflikthafter Situationen anwenden können.

Bitten Sie also den Klienten um konflikthafter Beispiele aus seinem Alltagsleben. Er soll Situationen „mitbringen“, über die Sie miteinander sprechen. Der Klient ist mehr als zuvor in der Verantwortung, das Erlernte anzuwenden und das Gelingen zu überprüfen. Versuchen Sie, bei der Bearbeitung dieser Probleme auf die „Werkzeuge“ zurückzugreifen, die der Klient sich im Training angeeignet hat. Das Manual sollte grundsätzlich zugeschlagen bleiben, es sei denn, Sie wollen einzelne Übungen wiederholen.

Ihre Aufgabe ist es also, den Klienten zu unterstützen, die Situationen in Anlehnung an die Module richtig zu analysieren. Inzwischen sollte der Klient über verschiedene Kompetenzen verfügen, die er mehr oder weniger selbständig anwenden kann, um eine konflikthafter soziale Situation aus verschiedenen Perspektiven und mit verschiedenen Zielsetzungen zu betrachten und Handlungsalternativen zu entwickeln.

Das Thema der letzten Sitzungen ist der Abschied. Die Beziehung zu Ihrem Klienten ist vermutlich sehr intensiv geworden und sollte durch eine gelungene Verabschiedung beendet werden.

Es ist möglicherweise hilfreich, den Abschiedsprozess in drei Phasen zu teilen:

- Ein Rückblick unter der Fragestellung: Was war gut, was war hilfreich, was war weniger gut, was war besonders schwierig?
- Eine aktuelle Bestandsaufnahme: Was hat der Klient gelernt? Was hat sich durch das Training verändert? Was hat sich in seinem Leben ansonsten bewegt? Wie geht es ihm zurzeit?
- Ein Blick in die Zukunft: Was wird der Klient tun, wenn er in schwierige Situationen gerät? Wie wird er in Zukunft die Zeit ausfüllen, die er in den letzten Monaten mit Ihnen verbracht hat? Wie werden Sie konkret auseinander gehen? Welcher Kontakt kann weiterhin bestehen?

Meist ist es entlastend für den Klienten, wenn Sie anbieten, dass er sich „im Notfall“, also bei schwerwiegenden Problemen, melden kann. Unserer Erfahrung nach ist diese Regelung unproblematisch und wird nicht überbeansprucht. Die stabile und angemessen distanzierte Beziehung zu Ihnen wird fortwirken und dem Klienten das Gefühl vermitteln, dass Sie für ihn da sind, wenn er nicht weiter weiß, aber dass Sie nicht zuständig sein werden, wenn er sich die „Zeit vertreiben“ will oder mit Ihnen „plaudern“ möchte – sei es noch so nett. Die meisten Klienten melden sich nach dem Training nicht von sich aus. Einige Trainer/Trainerinnen vereinbaren mit dem Klienten, dass sie sich nach einer angemessenen Zeit (einige Monate) bei ihm melden, um zu hören, wie es ihm ergangen ist.

Auch diesen Vorschlag erleben die Klienten zumeist positiv. Wichtig ist nur, dass Sie einen konkreten Zeitraum ausmachen und dann auch tatsächlich anrufen. Ein solch lockerer Kontakt, z.B. in Form eines Telefonats alle paar Monate, kann so lange bestehen bleiben, bis Sie merken, dass der Kontakt zu Ihnen für den Klienten nicht mehr wichtig ist.

Wichtig ist vor allem, dass ein von Anfang an erkennbarer Endtermin eingehalten und nicht aufgeweicht wird und dass das Ende der Maßnahme – und damit die gemeinsame Beziehung! - nicht verschleiert oder bagatellisiert wird. Einige Klienten und auch manche Pädagogen/Pädagoginnen fürchten sich vor dem Abschied und umgehen ihn, indem sie verabreden, sich weiter zu treffen. Das ist methodisch falsch und dient zumeist nur dazu, den Trennungsschmerz zu umgehen.

Der Klient sollte im idealen Falle am Ende seiner Arbeit mit Ihnen das Gefühl haben, dass er nun von Ihnen alles gelernt hat, was er benötigt, um seine Zukunft selbstverantwortlich gestalten zu können, und dass Sie ihm all das gegeben haben, was er dazu brauchte, dass Ihr Auftrag aber an dieser Stelle beendet ist und er seinen Weg allein weiter gehen muss.

Es wäre wunderbar, wenn beide, Klient und Trainer/Trainerin, am Ende das Gefühl hätten, sich nichts mehr schuldig zu sein.