

2019

Traumazentriertes Soziales Kompetenztraining T-SKT

Ein traumazentrierter Baustein für das Soziale Kompetenztraining in einer multifamilientherapeutischen Tagesgruppe.

Autor: Markus Brecko

Ausbildung: Traumazentrierte Fachberatung / Traumapädagogik

Institut: Institut Berlin

E-Mail: markus.brecko@gmx.de

Markus Brecko

Ausbildung durch das Institut Berlin

09.03.2019



VORWORT

Die Idee für dieses Projekt entstand im Rahmen der Ausbildung zum traumazentrierten Fachberater / Traumapädagogen durch das Institut Berlin. Es richtet sich an Fachkräfte die den Wunsch haben, traumazentrierte Elemente in ihr Soziales Kompetenztraining mit Kindern im Alter von 6-12 Jahren zu implementieren.

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	2
1. Einleitung	3
2. Institution	3
2.1 <i>Konzeptionelle Verankerung</i>	3
2.2 <i>Zielgruppe</i>	4
2.3 <i>Angebote</i>	4
3. Das bestehende SKT (Soziale Kompetenztraining)	4
3.1 <i>Regeln</i>	5
3.2 <i>Schwerpunkte</i>	5
3.3 <i>Zielsetzung</i>	5
3.4 <i>Und jetzt noch systemisch!</i>	6
4. Das Traumazentrierte Soziale Kompetenztraining (TSKT)	6
4.1.1 <i>Denker – Häschen - Model</i>	6
4.1.2 <i>Ich mache mit...solange es mir gut tut</i>	7
4.2 <i>Ressourcenbarometer</i>	7
4.3 <i>Gemeinsamer Rückzugsort</i>	7
4.4 <i>Gemeinsamer Wohlfühlort</i>	7
4.5 <i>Notfall-Ressourcenkoffer</i>	8
4.6 <i>Elternnachmittag</i>	8
4.7 <i>Übertrag in die Multifamilientherapie</i>	8
4.8 <i>Mein Leitungsstil</i>	9
5. Netzwerkarbeit	9
6. Fazit	9
Literaturverzeichnis.....	10

1. EINLEITUNG

Der Grundgedanke eines „Traumazentrierten Sozialen Kompetenztrainings“ ist für mich, in der Kindergruppe für mehr Verständnis füreinander (und für sich selbst), durch entsprechende Aufklärung, zu werben.

Außerdem ist es mir wichtig, den Kindern Instrumente an die Hand zu geben, die sie dabei unterstützen, achtsam mit sich selbst umzugehen. Zu guter Letzt würde ich gern mit jedem Kind einen individuellen Ressourcenkoffer entwickeln, wobei die Gruppe sich hierbei gegenseitig durchaus durch Erfahrungen und Ideen unterstützen soll. Um mehr Nachhaltigkeit zu erreichen, möchte ich Eltern und andere Netzwerke in den Traumazentrierten SKT Block einbeziehen. Auch mein eigener, bisher eher konfrontativer Führungsstil im SKT soll sich hin zu einem traumasensibleren Führungsstil verändern.

Nachfolgend werde ich zunächst die Einrichtung, in der ich arbeite vorstellen und erklären, wie das Soziale Kompetenztraining bislang bei uns Anwendung findet. Anschließend werde ich darlegen, welche Bausteine ihren Weg in das neue Traumazentrierte Soziale Kompetenztraining (TSKT) finden sollen. Am Ende werde ich erklären, wie ich Eltern und andere Netzwerke in das neue TSKT einbeziehen werde und meinen Führungsstil im TSKT anpassen möchte.



2. INSTITUTION

Die Tagesgruppe MehrFamilienHaus ist eine Einrichtung nach dem Kinder- und Jugendhilfegesetz gemäß §32 SGB VIII. Es handelt sich jedoch nicht nur um eine Hilfe für die Kinder, sondern die gesamte Familie wird in den Hilfeprozess mit einbezogen.

2.1 KONZEPTIONELLE VERANKERUNG

Der Ansatz der Multifamilien-Arbeit (Aasen & Scholz, 2017) basiert auf einem ursprünglich aus England stammenden pädagogisch-therapeutischen Konzept, das die Familien als Experten in den Mittelpunkt stellt. Es geht davon aus, dass die entscheidenden Selbsthilfekräfte und Fähigkeiten zur Veränderung in den Familien vorhanden sind. Vor allem die Unterstützung von Familien untereinander und das Erleben von Solidarität erweisen sich als wirksam. Die Familien, die in die Einrichtung kommen, erleben sich häufig in festgefahrenen und scheinbar ausweglosen Situationen und sind auf der Suche nach Möglichkeiten zufriedener zusammenzuleben. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Tagesgruppe laden diese Familien dazu ein, sich gemeinsam auf den Weg der Veränderung zu begeben. Der Respekt vor den Fähigkeiten und Stärken der Kinder und ihrer Eltern dient als Grundlage für die gemeinsame Arbeit.

2.2 ZIELGRUPPE

Das Mehrfamilienhaus wendet sich an Kinder zwischen 6 und 12 Jahren und deren Familien, bei denen sich auffällige Verhaltens- und Bewältigungsstrategien im Zusammenleben zeigen. Dies kann sich bei dem jeweiligen Kind unterschiedlich ausdrücken.

2.3 ANGEBOTE

Die Tagesgruppe orientiert sich an den individuellen Bedürfnissen der Familienmitglieder und hält gruppenstrukturierende Angebote wie Malen, Kochen, Basteln, Klettern oder Reiten vor. Darüber hinaus erfolgen regelmäßige intensive beraterische und therapeutische Einheiten sowohl im Einzel- als auch im Gruppenkontext.

Externe Fachkräfte, wie Ergotherapeuten oder Logopäden werden bei Bedarf hinzugezogen. Bei Kontakten zu Schulen, dem Jugendamt, Beratungsstellen und/oder Fachkliniken und externen Therapeuten unterstützen die Mitarbeiterinnen auf Wunsch die Familien.

Die Kinder kommen nach der Schule in die Einrichtung. Dort essen sie zu Mittag, machen ihre Hausaufgaben und nehmen an unterschiedlichen Angeboten teil. Die Eltern sind aktiv dabei und gestalten die Nachmittage mit.

Die Ferienzeiten variieren, nach Absprache mit den Eltern. Eltern- und Familiengespräche nach Vereinbarung.

Die Tagesgruppe befindet sich in Essen-Überruhr (www.skf.de, 2019).



3. DAS BESTEHENDE SKT (SOZIALE KOMPETENZTRAINING)

Das Soziale Kompetenztraining des Mehrfamilienhauses orientiert sich am Programm: „Locker Bleiben“. Dieses Programm bietet ein Schwerpunkt-Gerüst für das Soziale Lernen mit Kindern verschiedenen Alters. Es fließen aber auch multifamilientherapeutische und systemische Elemente in das Training ein. Außerdem findet regelmäßig auch ein Block statt, der sich um das Konzept des inneren Schiedsrichters dreht. Der „innere Schiedsrichter“ ist eine Methode um Kinder das eigene Gewissen und verbindende ethische/moralische Einstellungen erfahren und entwickeln zu lassen. Im Mehrfamilienhaus findet das SKT wöchentlich statt wobei eine SKT-Einheit zwischen 45 und 60 Minuten dauert.

3.1 REGELN

Beim SKT des Mehrfamilienhauses gibt es 5 grundlegende Regeln:

1. Ich passe auf mich selbst auf – Jedes Kind im SKT achtet also darauf, dass es sich so verhält, dass es ihm selbst gut geht und ihm selbst nichts passiert.
2. Ich passe auf die anderen auf – Die Teilnehmer achten also auch aufeinander und verhalten sich so, dass es den anderen Teilnehmern gut geht und niemandem etwas passiert.
3. Ich passe auf alle Sachen auf – Die Gruppe achtet also darauf, mit dem zur Verfügung gestellten Material und dem Eigentum der Teilnehmer gut umzugehen.
4. Ich mache mit – Jeder Teilnehmer beteiligt sich also im Rahmen seiner Möglichkeiten an den Übungen, die im SKT durchgeführt werden. Diese Regel soll im Rahmen der Umkonzeptionierung zum TSKT verändert werden. Später dazu mehr.
5. Stop! – Die „Stopregel“ besagt, dass jeder Teilnehmer und Anleiter das Recht und die Pflicht haben „Stop!“ zu sagen, wenn sie etwas nicht möchten oder jemandem etwas passiert. Wird das Stop-Signal gegeben, frieren alle Teilnehmer unverzüglich ein und warten, bis der Grund für das Stop-Zeichen geklärt wurde. (Schatz & Bräutigam, 2012)

3.2 SCHWERPUNKTE

Beim klassischen SKT gibt es vier Schwerpunkte:

1. Übungen zum Regelverhalten – Dies impliziert, dass Regeln miteinander besprochen und verabredet werden. Es werden aber auch Übungen durchgeführt, um die besprochenen Regeln zu trainieren. Die Übungen zum Regelverhalten wurden im Mehrfamilienhaus durch Übungen rund um den inneren Schiedsrichter ergänzt. Die Idee dahinter ist, dass nicht die Erwachsenen primär auf das Einhalten von Regeln achten, sondern die Kinder auf sich selbst achten und einen inneren, moralischen Kompass entwickeln.
2. Kooperationsübungen – Viele unserer Kinder sind es nicht gewohnt mit anderen Kindern zu kooperieren. Entsprechende Übungen sollen unsere Kinder dabei unterstützen, ihren Platz in der Gruppe zu finden und Spaß daran zu entwickeln, Unterstützung zu geben und anzunehmen.
3. Empathieübungen – Sie sollen den Kindern ermöglichen, sich besser in andere hineinzuversetzen aber auch mehr Einsicht und Gespür für die eigenen Bedürfnisse zu erhalten.
4. Vertrauensübungen – Sollen die Kinder der Tagesgruppe dazu animieren, positive Erfahrungen zu machen wenn es darum geht, anderen zu vertrauen. Dies ist i.d.R. ein besonders sensibler Block der viel Erfahrung und Sensibilität beim Anleiter voraussetzt.

3.3 ZIELSETZUNG

Ziel des Sozialen Kompetenztrainings ist es, die Gruppe gut zusammen wachsen zu lassen, damit die Kinder der Tagesgruppe in den verschiedenen Settings gute Erfahrungen miteinander machen können. Es dient aber auch dazu, die Kinder generell für den Umgang mit anderen Menschen fitter zu machen und es ihnen zu ermöglichen, im Rahmen ihrer Möglichkeiten diesbezüglich Ressourcen zu entdecken und zu wachsen.

3.4 UND JETZT NOCH SYSTEMISCH!

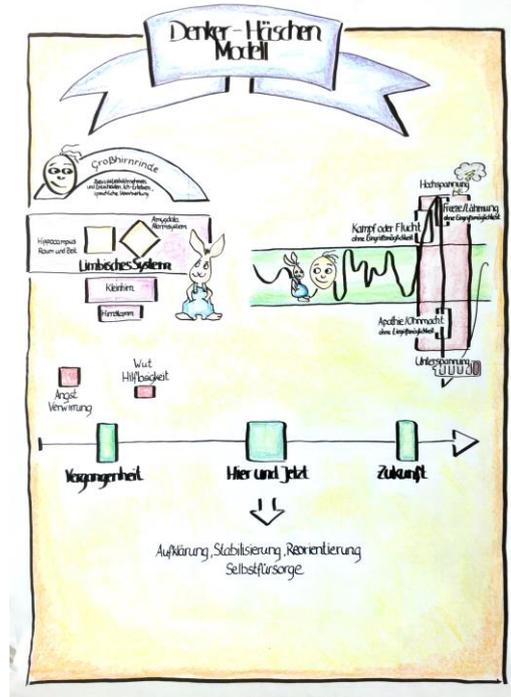
Im SKT greifen wir immer wieder auf systemische Ideen zurück. Dazu gehören Skalierungen (Schwing & Fryszer, 2015, S. 157), zirkuläre Fragen (Schwing & Fryszer, 2015, S. 209) in den Übungsreflexionen und eine strikt ressourcenorientierte Haltung (Schwing & Fryszer, 2015, S. 309). Damit unsere Übungen nicht im Trainingsraum verbleiben sondern einen nachhaltigen Weg in die verschiedenen Systeme finden, in denen sich unsere Kinder tagtäglich bewegen (Familie, Freunde, Schule usw.), verbinden wir so oft wie möglich das SKT mit anderen Settings. Besonders häufig werden dabei die Eltern der Kinder miteinbezogen. Aber auch Klassenlehrer oder externes Fachpersonal (Ergotherapeuten, Psychologen usw.) beziehen wir an passenden Stellen in die Übungen mit ein.

4. DAS TRAUMAZENTRIERTE SOZIALE KOMPETENZTRAINING (TSKT)

Um das Traumazentrierte Soziale Kompetenztraining in das bestehende SKT zu integrieren, werde ich zunächst einen eigenen TSKT-Block über 6 Einheiten a 45 – 60 Minuten mit den Kindern durchführen. Die 6. Einheit wird dabei gemeinsam mit Eltern und Kindern stattfinden. Da unsere Kinder sehr unterschiedliche, kognitive Fähigkeiten aufweisen, werde ich die Gruppe bei manchen Übungen teilen, damit alle Kinder sich ihren Fähigkeiten entsprechend einbringen können. Ich habe in der Vergangenheit die Erfahrung gemacht, dass die älteren Kinder bei komplexen Themen meist abschalten wenn die Jüngeren etwas sagen und die Jüngeren ihrerseits wenig von dem verstehen, was die älteren Kinder zum Thema beitragen.

4.1.1 DENKER – HÄSCHEN - MODEL

Die erste Einheit wird sich um die Vermittlung des Denker-Häschen-Modells drehen (Hantke & Görge, 2012, S. 38). Hierfür erstelle ich eine Flipchart mit dem Model, damit ich mich während der Vorstellung auf die Gruppe und nicht auf das Zeichnen konzentrieren kann. Zu Beginn werde ich den Kindern, wie vor jeder Einheit, genau erklären was wir vorhaben. Damit mache ich mich vorhersagbar und gebe den Teilnehmern mehr Sicherheit in Bezug auf die kommende TSKT-Einheit (Aarts, Hawellek, Rausch, Schneider, & Thelen, 2014, S. 78). Nachdem das Model erklärt ist, werde ich die Gruppe altersabhängig teilen und mit den Kindern darüber sprechen, wo sie ab und an merken, dass ihr Denker und ihr Häschen nicht gut im Kontakt sind und was besonders gut funktioniert wenn die beiden richtig gut im Kontakt sind. Dabei wird eine Kollegin sich mit der einen und ich selbst mich mit der anderen Gruppe beschäftigen. Die Ergebnisse werden anschließend, für alle verständlich zusammen getragen.



4.1.2 ICH MACHE MIT...SOLANGE ES MIR GUT TUT

Am Ende der ersten Einheit werden wir darüber sprechen, wie wir unsere Regel: „Ich achte auf mich!“ und die Regel: „Ich mache mit!“ (Schatz & Bräutigam, 2012, S. 34) so anpassen können, dass wir gut auf unseren Ressourcenbereich achten und nicht Gefahr laufen bei Dingen mitzumachen, die unserem Häuschen Angst machen oder es wütend werden lassen. Den Ausgang lasse ich hierbei ganz offen und bin gespannt, welche Ideen die Kinder dazu haben werden.

4.2 RESSOURCENBAROMETER

Die zweite Einheit soll sich um das Ressourcenbarometer (Hantke & Görge, 2012, S. 281-296) drehen. Hierbei soll der „innere Schiedsrichter“ (Vieler, 2019) den Kindern dabei helfen eine Idee davon zu entwickeln, wie sie gut für sich selbst Sorge tragen und auf sich achten können. Nachdem wir über das Ressourcenbarometer gesprochen haben werden wir eine Übung durchführen. Die Kinder sollen durch den Raum gehen und dabei fest aufstampfen. Anschließend soll jeder per Daumenzeichen anzeigen, wie gut er seine Füße spüren kann und angeben, ob das gerade reicht um gut beim TSKT mitmachen zu können. Im zweiten Teil dieser Einheit werden wir gemeinsam ein Ressourcenbarometer bauen. Dazu werden wir ein längliches Stück Pappe (ca. 80x20 cm) zu gleichen Teilen in den Farben Grün, Gelb und Orange anmalen. Jedes Kind erhält dann zwei individuell zu verzierende Klammern. Eine soll künftig vor dem TSKT das Limit und eine den Ist-Zustand anzeigen wenn wir unsere Stampfübung durchführen. Das Barometer soll beim TSKT im Trainingsraum aufgehängt werden und seinen Weg an den übrigen Tagen in den Hausaufgabenraum finden und dort zum Einsatz kommen. In der 6. Einheit sollen die Kinder ihren Eltern das Ressourcenbarometer vorstellen und gemeinsam überlegen wie dies zu Hause Anwendung finden könnte.



4.3 GEMEINSAMER RÜCKZUGSORT

In der dritten Einheit sollen die Kinder in der Einrichtung einen gemeinsamen Rückzugsort bestimmen und überlegen, wie sie diesen so gestalten wollen, dass alle sich dort wohl fühlen können. Dabei haben die Kinder bei uns ca. 5 mögliche Orte zur Auswahl (und überraschen mich vielleicht mit weiteren Ideen für einen Standort). Zunächst soll dieser Ort nur dafür genutzt werden, dass Kinder die während des TSKT ihren Ressourcenbereich verlassen, sich zurückziehen können. Später soll dieser Ort generell dafür im Gruppenalltag genutzt werden.

4.4 GEMEINSAMER WOHLFÜHLORT

Während der vierten Einheit möchte ich mit den Kindern einen Wohlfühlort (Hantke & Görge, 2012, S. 328-339) imaginieren, wobei die Kinder diesen gemeinschaftlich auf ein Stück Tapetenrolle aufmalen

Traumazentriertes Soziales Kompetenztraining T-SKT

dürfen. Jedes Kind darf dabei seinen individuellen Beitrag zum Gesamtkunstwerk leisten. Der gemeinschaftliche Wohlfühlort soll dann am Rückzugsort aufgehängt werden.

4.5 NOTFALL-RESSOURCENKOFFER

Die fünfte Einheit soll dazu dienen mit den Kindern erste Reorientierungsübungen durchzuführen und mit jedem Kind einen individuellen Notfall-Ressourcenkoffer (Hantke & Görges, 2012, S. 381-391) zu erstellen. Physikalisch soll am Ende jedes Kind ein Kärtchen mit Übungen, die ihm besonders gut getan haben und entsprechendes Übungsmaterial (z.B. Igelbälle, Riechampullen usw.) in einem realen Koffer unterbringen. Dieser wird dann ebenfalls am Rückzugsort deponiert.

4.6 ELTERNNACHMITTAG

Die 6. TSKT-Einheit soll dazu dienen den Eltern das Ressourcenbarometer, den Rückzugsort, den Wohlfühlort und den Notfallkoffer vorzustellen. Gemeinsam soll dann überlegt werden, was man davon auch zu Hause gut zum Einsatz bringen könnte. Genauere Absprachen diesbezüglich sollen später in Familiengesprächen durch einen Pädagogen begleitet werden.

4.7 ÜBERTRAG IN DIE MULTIFAMILIENTHERAPIE

Zwischen den TSKT Einheiten soll eine multifamilientherapeutische Sitzung dazu genutzt werden, dass den Eltern das Denker-Häschen-Model vorgestellt wird. Außerdem sollen die Eltern sich in dieser Sitzung darüber austauschen in welchen familiären Situationen sie mit Kampf oder Flucht reagieren und woran sie dies im Vorfeld merken (könnten).



4.8 MEIN LEITUNGSSTIL

Um meinen Leitungsstil traumasensibler zu gestalten möchte ich noch deutlicher auf eine kindgerechte Kommunikationsweise achten. Dazu gehört:

- Dieselbe Augenhöhe wie das Kind einnehmen.
 - Blickkontakt herstellen und wieder unterbrechen.
 - Spielen und Reden kombinieren.
 - Gesprächsregeln immer wieder definieren.
 - Schweigen erlauben aber Einladungen aussprechen, die eigene Meinung zu benennen.
- (Delfos, 2012, S. 77-105)

Außerdem möchte ich meine Aufmerksamkeit dafür schärfen, ob meine Teilnehmer sich während der jeweiligen Einheit noch gut im individuellen Ressourcenbereich befinden. Dies will ich durch regelmäßiges Abfragen des Ressourcenbarometers (Hantke & Görge, 2012, S. 281) und kindgerechte Reorientierungsübungen unterstützen. Übungen zur Erweiterung des Ressourcenbereiches (Hantke & Görge, 2012, S. 321) meiner Teilnehmer sollen ebenfalls nach und nach Platz im TSKT finden.

5. NETZWERKARBEIT

Neben dem Übertrag in die Kernfamilie möchte ich auch andere Netzwerke in das TSKT einbinden. Vorstellbar wäre z.B. das Einbinden der Lehrer in Reorientierungsübungen bzw. den Notfallkoffer. Ergotherapeuten und Logopäden mit denen wir zusammen arbeiten könnten an das Ressourcenbarometer anknüpfen. Für Lehrer wird diese Methode wahrscheinlich eher weniger interessant sein, da meine Erfahrung ist, dass es in den meisten Grundschulen bereits eine ganze Reihe von Rückmelde- und Tokensystemen gibt, so dass eine weitere Methode wahrscheinlich keinen Platz finden würde. Vor allem da sie deutlich wirksamer eingesetzt werden könnte, wenn es für alle Kinder gleichermaßen installiert werden würde. Dennoch würde ich gern den Versuch starten, einigen Lehrern die Methode zu erklären.

Der erste Schritt wird jedoch sein, dass Ressourcenbarometer in unserem Hausaufgabenraum und den Rückzugsort in unseren Gruppenalltag zu implementieren.

6. FAZIT

Viele unserer Kinder und auch viele Eltern die zu uns kommen haben traumatische Erfahrungen gemacht und / oder leiden unter psychischen Erkrankungen. Ich glaube dass das TSKT eine Bereicherung für unsere Familien sein kann und ich erhoffe mir vor allem durch den Aufklärungsteil, dass es dazu beitragen wird, dass Eltern ihre Kinder besser verstehen und damit bestimmte Verhaltensweisen ihren Schrecken verlieren.

LITERATURVERZEICHNIS

- Aarts, M., Hawellek, C., Rausch, H., Schneider, M., & Thelen, C. (2014). *Marte Meo: Eine Einladung zur Entwicklung*. Eindhoven: Aarts Productions.
- Aasen, E., & Scholz, M. (2017). *Handbuch der Multifamilientherapie*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag GmbH.
- Delfos, M. F. (2012). *Sag mir mal...* Weinheim und Basel: Beltz Verlag.
- Hantke, L., & Görge, H. J. (2012). *Handbuch Traumakompetenz*. Padaborn: Junfermann Verlag.
- Schatz, H., & Bräutigam, D. (2012). *Locker bleiben*. Basel: SolArgent Media AG.
- Schwing, R., & Fryszer, A. (2015). *Systemisches Handwerk*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG.
- Vieler, M. (2019). *www.schlupsi.de*. Von <https://www.schlupsi.de/das-konzept/der-innere-schiedsrichter/> abgerufen
- www.skf.de*. (2019). Von <https://www.cse.ruhr/kinder-jugend-familie/alle-standorte-im-ueberblick/standort/40-tagesgruppe-mehrfamilienhaus/> abgerufen