

Witt, Andreas; Schepp, Steffen; Fegert, Jörg M.; Pfeiffer, Elisa; Rassenhofer, Miriam
ANKOMMEN - Biografiebezogene Gruppenintervention für Jugendliche zum Umgang mit der eigenen Fremdunterbringung. Manual für Gruppenleitende und Workbook für Jugendliche. Mit Online-Materialien

Weinheim ; Basel : Beltz Juventa 2025, 216 S.



Quellenangabe/ Reference:

Witt, Andreas; Schepp, Steffen; Fegert, Jörg M.; Pfeiffer, Elisa; Rassenhofer, Miriam: ANKOMMEN - Biografiebezogene Gruppenintervention für Jugendliche zum Umgang mit der eigenen Fremdunterbringung. Manual für Gruppenleitende und Workbook für Jugendliche. Mit Online-Materialien. Weinheim ; Basel : Beltz Juventa 2025, 216 S. - URN: urn:nbn:de:0111-pedocs-322700 - DOI: 10.25656/01:32270; 10.3262/978-3-7799-8416-0

<https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0111-pedocs-322700>

<https://doi.org/10.25656/01:32270>

in Kooperation mit / in cooperation with:

BELTZ JUVENTA

<http://www.juventa.de>

Nutzungsbedingungen

Dieses Dokument steht unter folgender Creative Commons-Lizenz: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.de> - Sie dürfen das Werk bzw. den Inhalt unter folgenden Bedingungen vervielfältigen, verbreiten und öffentlich zugänglich machen: Sie müssen den Namen des Autors/Rechteinhabers in der von ihm festgelegten Weise nennen. Dieses Werk bzw. dieser Inhalt darf nicht für kommerzielle Zwecke verwendet werden und es darf nicht bearbeitet, abgewandelt oder in anderer Weise verändert werden.

Mit der Verwendung dieses Dokuments erkennen Sie die Nutzungsbedingungen an.

Terms of use

This document is published under following Creative Commons-License: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.en> - You may copy, distribute and transmit, adapt or exhibit the work in the public as long as you attribute the work in the manner specified by the author or licensor. You are not allowed to make commercial use of the work or its contents. You are not allowed to alter, transform, or change this work in any other way.

By using this particular document, you accept the above-stated conditions of use.



Kontakt / Contact:

peDOCS
DIPF | Leibniz-Institut für Bildungsforschung und Bildungsinformation
Informationszentrum (IZ) Bildung
E-Mail: pedocs@dipf.de
Internet: www.pedocs.de



Andreas Witt | Steffen Schepp | Jörg M. Fegert |
Elisa Pfeiffer | Miriam Rassenhofer

ANKOMMEN

**– Biografiebezogene Gruppen-
intervention für Jugendliche
zum Umgang mit der eigenen
Fremdunterbringung**



Mit
Online-Material

BELTZ JUVENTA

Andreas Witt | Steffen Schepp | Jörg M. Fegert | Elisa Pfeiffer | Miriam Rassenhofer

ANKOMMEN – Biografiebezogene Gruppenintervention für Jugendliche zum Umgang mit der eigenen Fremdunterbringung

Andreas Witt | Steffen Schepp | Jörg M. Fegert |
Elisa Pfeiffer | Miriam Rassenhofer

ANKOMMEN – Biografiebezogene Gruppenintervention für Jugendliche zum Umgang mit der eigenen Fremdunterbringung



Manual für Gruppenleitende und Workbook für Jugendliche

Mit Online-Materialien

Die Autor*innen

PD Dr. phil. Andreas Witt ist Chefspsychologe an der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie an den Universitären Psychiatrischen Diensten (UPD AG) Bern.

Steffen Schepp, Psychologe (M.Sc.), ist wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut in eigener Praxis.

Prof. Dr. Jörg M. Fegert ist Ärztlicher Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm und Präsident (2023–2027) der europäischen Fachgesellschaft European Society for Child and Adolescent Psychiatry (ESCAP).

Prof. Dr. M.Sc.-Psych. Elisa Pfeiffer ist Lehrstuhlinhaberin für Klinische Psychologie und Kinder- und Jugendpsychotherapie an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt und leitet eine wissenschaftliche Arbeitsgruppe zum Thema Trauma bei Kindern und Jugendlichen am Universitätsklinikum Ulm.

Prof. Dr. Miriam Rassenhofer leitet die Sektion Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie und Verhaltensmedizin an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind u. a. Forschung zu Kindesmisshandlung und Kinderschutz.

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Der Text dieser Publikation wird unter der Lizenz **Creative Commons Namensnennung - Nicht kommerziell - Keine Bearbeitungen 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)** veröffentlicht. Den vollständigen Lizenztext finden Sie unter: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.de>. Verwertung, die den Rahmen der **CC BY-NC-ND 4.0 Lizenz** überschreitet, ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für die Bearbeitung und Übersetzungen des Werkes. Die in diesem Werk enthaltenen Bilder und sonstiges Drittmaterial unterliegen ebenfalls der genannten Creative Commons Lizenz, sofern sich aus der Quellenangabe/Abbildungslegende nichts anderes ergibt. Sofern das betreffende Material nicht unter der genannten Creative Commons Lizenz steht und die betreffende Handlung nicht nach gesetzlichen Vorschriften erlaubt ist, ist für die oben aufgeführten Weiterverwendungen des Materials die Einwilligung des jeweiligen Rechteinhabers einzuholen.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-7799-8415-3 Print

ISBN 978-3-7799-8416-0 E-Book (PDF)

DOI 10.3262/978-3-7799-8416-0

1. Auflage 2025

© 2025 Beltz Juventa

in der Verlagsgruppe Beltz · Weinheim Basel

Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Einige Rechte vorbehalten

Herstellung: Ulrike Poppel

Satz: Helmut Rohde, Euskirchen

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Beltz Grafische Betriebe ist ein Unternehmen mit finanziellem Klimabeitrag (ID 15985-2104-100)

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor:innen und Titeln finden Sie unter: www.beltz.de

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
1. Theoretischer Hintergrund	11
1.1 Fremdunterbringung und damit assoziierte Belastungen	11
1.2 Biografiearbeit als Methode zur Bewältigung kritischer Lebensereignisse	12
1.3 Konzeption der Gruppenintervention „ANKOMMEN“	14
1.4 Evaluationsstudie zur Wirksamkeitsprüfung	15
1.4.1 Studiendesign	15
1.4.2 Ergebnisse der Wirksamkeitsstudie	17
1.4.3 Implementierung von ANKOMMEN	26
2. Manual zur Intervention	31
2.1 Allgemeine Anwendungshinweise	31
2.1.1 Allgemeine Hinweise zur Durchführung von Biografiearbeit	31
2.1.2 Gruppenzusammensetzung	32
2.1.3 Gruppenleitung	34
2.1.4 Einbezug von Bezugspersonen	35
2.1.5 Materialien zur Durchführung der Intervention	36
2.1.6 Zeitliche Struktur der Sitzungen	37
2.2 Allgemeiner Aufbau der Intervention	38
2.2.1 Phase 1 (Sitzungen 1-2)	39
2.2.2 Phase 2 (Sitzungen 3-6)	39
2.2.3 Phase 3 (Sitzungen 7-8)	40
2.3 Inhaltliche Struktur der Sitzungen	40
2.4 Sitzungsinhalte	42
2.4.1 Übersicht über die Inhalte der einzelnen Sitzungen	42
2.4.2 Darstellung der Sitzungsinhalte	42
2.4.3 Allgemeine Hinweise zur Durchführung der Gruppensitzungen	43
2.4.4 Sitzung 1: Meine Rechte	45
2.4.5 Sitzung 2: Gefühle	55
2.4.6 Sitzung 3: Einführung in die Biografiearbeit	65
2.4.7 Sitzung 4: Meine Geschichte	75
2.4.8 Sitzung 5: Zwischen den Stühlen	86
2.4.9 Sitzung 6: Meine offizielle Geschichte	94
2.4.10 Sitzung 7: Brieffreunde	102
2.4.11 Sitzung 8: Ausblick und Abschluss	109
Literatur	117

Inhaltsverzeichnis

Anhang 1: Workbook für Jugendliche	<u>121</u>
Anhang 2: Sitzungsprotokolle	<u>185</u>
Anhang 3: Kennenlernspiele	<u>203</u>
Anhang 4: Pausenspiele	<u>207</u>
Anhang 5: <i>Denken – Fühlen – Handeln</i> -Quiz	<u>209</u>
Anhang 6: Informationsflyer	<u>211</u>
Anhang 7: Entspannungsübungen und Tools zur Stimmungsabfrage	<u>213</u>

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Fremduntergebrachte Kinder und Jugendliche stehen vor großen persönlichen Herausforderungen. Sie müssen belastende Erlebnisse ihrer Vergangenheit bewältigen und gleichzeitig aktuelle Schwierigkeiten und Unsicherheiten mit Blick auf ihre Zukunft bewältigen. Ein Ansatz, sie dabei zu unterstützen, kann in einer gezielten Biografiearbeit liegen. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass Biografiearbeit einen positiven Einfluss auf die Identitätsbildung und die Stärkung des Selbstwertgefühls haben und den Umgang mit emotional schwierigen Situationen verbessern kann.

Dieses Thema war Gegenstand eines von der Baden-Württemberg Stiftung finanzierten Fachtags im März 2019 in der Villa Eberhardt in Ulm. Unter dem Titel „... und jetzt bin ich hier“ wurden in einem breiten Dialog mit Wissenschaft und Praxis Ideen für eine Intervention diskutiert, die Jugendliche bei der Bewältigung und biografischen Einordnung der Fremdplatzierung unterstützt, sie im Peer-to-Peer Kontext gemeinsam stärkt und zugleich den pädagogischen Fachkräften in den Einrichtungen ein Instrument in die Hand gibt, um den Jugendlichen ein positives und unterstützendes Umfeld zu bieten. Der Fachtag zeigte eindrucksvoll, dass dieses Thema eine große Praxisrelevanz besitzt und auf Interesse bei den Jugendhilfeeinrichtungen stößt.

Auf Grundlage des Fachtages wurde von der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie am Universitätsklinikum Ulm die Intervention ANKOMMEN entwickelt und im Rahmen einer Pilotstudie evaluiert. Sowohl Akzeptanz und Zufriedenheit der teilnehmenden Kinder und Jugendlichen sowie der Gruppenleitenden und weiteren Fachkräfte in den durchführenden Einrichtungen zeigen, dass ANKOMMEN eine gut durchführbare, effiziente und wirksame Intervention ist, die von den Kindern und Jugendlichen gerne angenommen wird.

Mit dieser Publikation erhalten Sie einen tieferen Einblick in das Projekt ANKOMMEN, das die Baden-Württemberg Stiftung im Rahmen ihres Engagements zur Stärkung der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen gefördert hat. Es ist der Stiftung ein großes Anliegen, psychischen Belastungen und Verhaltensweisen bei Kindern und Jugendlichen entgegenzuwirken und diejenigen in ihrer Handlungskompetenz zu stärken, die mit den jungen Menschen arbeiten – in Schulen, in Kindertageseinrichtungen oder in Einrichtungen der Jugendhilfe.

Damit kommen wir unserem zentralen Auftrag nach, die Zukunftsfähigkeit des Landes zu stärken und zu sichern. Im Mittelpunkt unseres breiten Engagements stehen immer die Menschen. Und gerade Kindern und Jugendlichen möchten wir Wege und Angebote für eine chancenreiche und unbelastete Zukunft eröffnen.

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Die Baden-Württemberg Stiftung dankt dem gesamten Projektteam der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie am Universitätsklinikum Ulm für seine gewinnbringende und erkenntnisreiche Arbeit, die auf einer Vielzahl an Erhebungen, Messungen, Interviews und Auswertungsrunden basiert.

Danken wollen wir auch dem Projektbeirat, der das Vorhaben über den gesamten Zeitraum mit hoher fachlicher Kompetenz, wertvollen Ideen und großem Engagement unterstützt und begleitet hat.

Unser besonderer Dank gilt den beteiligten Jugendhilfeeinrichtungen, ohne deren Bereitschaft und Offenheit das Projekt ANKOMMEN nicht hätte durchgeführt werden können.

Wir hoffen, dass die Lektüre dieser Publikation Mut und Lust zur Nachahmung des Konzepts von ANKOMMEN weckt.

Birgit Pfitzenmaier
Abteilungsleiterin Gesellschaft & Kultur
Baden-Württemberg Stiftung

Sven Walter
Referent Gesellschaft & Kultur
Baden-Württemberg Stiftung

Vorwort

Wenn Kinder und Jugendliche nicht bei ihren Eltern leben können, sondern in einer Pflegefamilie oder in einer Institution untergebracht werden, hängt dies häufig mit eingeschränkten Erziehungskompetenzen der Eltern, traumatischen Lebensereignissen oder Entwicklungsauffälligkeiten der jungen Menschen zusammen. Obwohl eine Fremdunterbringung die betroffenen Kinder und Jugendlichen schützen und ihnen bestmögliche Entwicklungschancen bieten soll, geht sie mit zusätzlichen Belastungen einher, denn jedes Kind das nicht Zuhause leben kann, muss viel zurücklassen. Die Trennung von wichtigen Bezugspersonen und Peers, der Verlust der vertrauten Umgebung, Schuldgefühle oder Loyalitätskonflikte belasten oft den Neuanfang und erschweren das Ankommen in der neuen Lebensrealität. Eine Fremdplatzierung und damit einhergehende, häufig offen bleibende Fragen, können von Betroffenen als Bruch in der eigenen Lebensgeschichte wahrgenommen werden.

Angesichts der Vielzahl von Belastungen ist neben der pädagogischen oft auch eine therapeutische Unterstützung notwendig. Insbesondere im ersten Jahr der Fremdunterbringung hat die psychische Gesundheit von Betroffenen einen starken Einfluss auf die Stabilität und den Verlauf der Hilfemaßnahme: Ein Fortbestehen von Konflikten oder sich verstärkende Verhaltensprobleme können zum Abbruch einer Platzierung führen. Abbrüche können wiederum eine weitere Zunahme von Verhaltensproblemen verursachen, woraus sich ein Teufelskreis für die Betroffenen entwickeln kann, der im weiteren Lebensverlauf mit den Risiken erhöhter Delinquenz und geringerer sozialer Teilhabe assoziiert ist.

Eine Methode zur Einordnung von biografischen Brüchen und zum Umgang mit diesen Belastungen stellt die Biografiearbeit dar. Trotz vorhandener Hinweise zur Wirksamkeit von Biografiearbeit bei fremduntergebrachten Kindern und Jugendlichen wird deren Implementierung in die Regelversorgung durch den hohen Personalbedarf, unzureichende Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten und fehlende Qualitätsstandards für die Durchführung erheblich erschwert (siehe Kap. 1.2). Aus dem Bewusstsein über diese Problematik erwuchs die Motivation, mit der Intervention ANKOMMEN ein standardisiertes, wissenschaftlich fundiertes und leicht implementierbares Gruppenprogramm zu entwickeln, welches sich für die Anwendung in der Regelversorgung von Jugendhilfeeinrichtungen eignet. Um dieses Ziel zu erreichen wurde das Programm in enger Zusammenarbeit mit Fachkräften aus Jugendhilfeeinrichtungen und unter Einbezug Betroffener entwickelt. Diese haben den gesamten Entwicklungsprozess von der ersten Idee bis zur Durchführung der wissenschaftlichen Evaluationsstudie mit viel Engagement und Herzblut begleitet. Wir möchten uns deshalb bei allen kooperierenden Jugendhilfeeinrichtungen (siehe Auflistung weiter unten) für die wertschätzende und erfolgreiche Zusammenarbeit bedanken. Ebenso gilt unser Dank der Baden-Württemberg Stiftung, die das Projekt von Beginn an unterstützt und finanziert hat und uns dadurch die Möglichkeit gab, das Programm in verschiedenen Phasen optimal zu entwickeln. Auch beim wissenschaftlichen Beirat des Projekts (siehe Auflistung weiter unten) möchten wir uns für die wichtigen Impulse zur Verbesserung und Weiterentwicklung des Programms bedanken. Durch die Zusammenarbeit aller Beteiligten konnte das hier vorliegende Gruppenprogramm ANKOMMEN entwickelt werden,

Vorwort

welches durch seine wissenschaftliche Fundierung und die umfassende Manualisierung der Durchführung Leitplanken für die professionelle Implementierung von Biografiearbeit in der Regelversorgung von fremduntergebrachten Jugendlichen setzt. Das innovative Gruppensetting erwies sich in der Evaluationsstudie zudem als wichtiges Wirkelement des Programms (siehe Kap. 1.4.2.) und geht damit weit über dessen ökonomischen Nutzen hinaus. Darüber hinaus liegt im Online-Material dieses Buches ein für Kinder im Alter zwischen sieben und elf Jahren angepasstes Workbook zum Download bereit. Dieses ist abrufbar unter www.beltz.de.

Das vorliegende Manual bietet einen Einstieg in die biografische Arbeit mit Fokus auf der Fremdunterbringung sowie damit assoziierter Ereignisse und Themen. Eine sich anschließende individuelle Weiterarbeit mit dabei erlernten Methoden kann Themen zusätzlich vertiefen. Aufgrund der freien Verfügbarkeit der Materialien hoffen wir, dass das Programm breite Anwendung findet, vielen Betroffenen das Ankommen in der Fremdunterbringung erleichtern wird und ihnen darüber hinaus Werkzeuge an die Hand gibt, um ihre eigene Biografie im weiteren Verlauf selbstbestimmt reflektieren und gestalten zu können.

Ulm und Bern, im Sommer 2024

Andreas Witt

Steffen Schepp

Jörg M. Fegert

Elisa Pfeiffer

Miriam Rassenhofer

Kooperierende Jugendhilfeeinrichtungen:

Erzbischöfliches Kinderheim Haus Nazareth (Sigmaringen), Albert-Schweitzer-Kinderdorf e.V. (Waldenburg), Stiftung St. Anna (Leutkirch i.A.), eva Heidenheim (Heidenheim an der Brenz), eva Stuttgart (Weraheim Hebsack), Kinder- und Jugendhilfe Neuhausen (Neuhausen), Oberlin e.V. (Ulm), Kinderheim Graf (Ellwangen), Zentrum ›guterhirte‹ (Ulm), Therapeutische Wohngruppen der Fachkliniken Wangen (Wangen i.A.), Jugendhilfe Hoffmannhaus Wilhelmsdorf (Wilhelmsdorf), Jugendhilfe Korntal (Korntal Münchingen), Rummelsberger Diakonie (Nördlingen), Bruderhaus Diakonie Jugendhilfen Deggingen (Deggingen), Kinder- und Jugendheim Baden-Baden (Baden-Baden), St. Antonius-Kinderheim (Karlsruhe), Caritas Heidenheim (Heidenheim an der Brenz), Tüllinger Höhe (Lörrach)

Mitglieder des wissenschaftlichen Projektbeirates:

Dr. Norbert Beck, Alexandra van Driesten, Elena German, Moritz Happ, Birgit Lattschar, Jennifer Mabinuori, Carsten Panse, PD Dr. Marc Schmid

1. Theoretischer Hintergrund

1.1 Fremdunterbringung und damit assoziierte Belastungen

In Deutschland lebten im Jahr 2021 insgesamt 122.659 Kinder, Jugendliche und junge Volljährige (bis einschließlich 27 Jahre) in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung (Statistisches Bundesamt, 2022). Die häufigsten Gründe dafür waren laut Statistischem Bundesamt (2022) eingeschränkte Erziehungskompetenz der Eltern, Gefährdung des Kindeswohls, unzureichende Versorgung oder Förderung des Kindes sowie Entwicklungsauffälligkeiten oder seelische Probleme des jungen Menschen (siehe Abbildung 1).

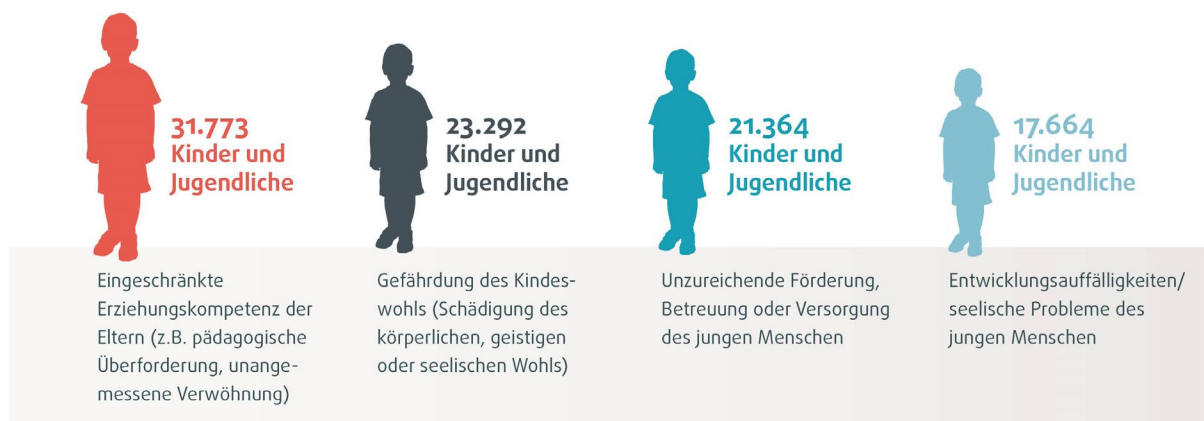


Abbildung 1: Die häufigsten Gründe für eine Fremdunterbringung in Deutschland im Jahre 2021 (Statistisches Bundesamt, 2022).

In verschiedenen Studien zeigte sich die hohe Belastung von fremduntergebrachten Kindern und Jugendlichen an hohen Prävalenzraten für psychische Störungen von 60 bis 96 Prozent (z. B. Blower et al., 2004; Schmid et al., 2008). Ein Grund dafür ist die Häufung von psychosozialen Risikofaktoren (z. B. psychische, somatische oder Suchterkrankungen der Eltern, elterliche Delinquenz) und biologischen Risikofaktoren (z. B. Frühgeburt, pränatale Noxenexposition oder eine genetische Prädisposition für psychische Erkrankungen) in der Population fremduntergebrachter Kinder und Jugendlicher. Etwa drei Viertel aller Betroffenen haben in der Vergangenheit zudem mindestens ein traumatisches Lebensereignis erlebt (Jaritz et al., 2008; Schmid et al., 2013). Eine Fremdunterbringung ist eine Maßnahme, die vor allem auf den Schutz der gefährdeten Kinder und Jugendlichen abzielt, gleichwohl gehen mit ihr auch zusätzliche Belastungen einher, wie die Trennung von wichtigen Bezugspersonen, der Verlust des vertrauten Umfeldes, Schuldgefühle, Loyalitätskonflikte und Zukunftsunsicherheit (Ryan & Walker, 2007; Baker et al., 2016; Mitchell, 2018). Die psychisch-emotionale Herausforderung, weiterhin ein Mitglied der Herkunftsfamilie zu bleiben und gleichzeitig Mitglied einer neuen Fürsorgegemeinschaft zu sein, kann bei den betroffenen Kindern und Jugendlichen zu Identitätskrisen führen (Samuels, 2009). Darüber hinaus gibt sich die überwiegende Zahl der Kinder und Jugendlichen selbst die Schuld an der eigenen Fremdunterbringung (Baker et al., 2016). Auch Gedanken wie: „Meine Eltern wollen mich nicht haben“, werden von betroffenen Kindern und Jugendlichen häufig verbalisiert. Derartige Gedanken gehen oftmals mit einem niedrigen Selbstwert und einer niedrigen Selbstwirksamkeitserwartung („Egal was ich tue,

1. Theoretischer Hintergrund

ich kann eh nichts ändern“) der Betroffenen einher. Die Stigmatisierung fremduntergebrachter Kinder und Jugendlicher und die damit verbundene Ablehnung durch Gleichaltrige oder Erwachsene belastet Betroffene oft zusätzlich.

Eine Fremdunterbringung geht somit mit einer Vielzahl von negativen oder ambivalenten Gedanken und Gefühlen einher, die von vielen Betroffenen als starke Belastung erlebt werden. Weitere Belastungsfaktoren für fremduntergebrachte Kinder und Jugendliche sind Abbrüche der Hilfe und damit verbundene Platzierungswechsel. In Deutschland endeten im Jahr 2016 rund 32 % der Fremdunterbringungen ungeplant (Statistisches Bundesamt, 2018). Verhaltensprobleme können dabei sowohl die Ursache für Abbrüche sein als auch durch die mit den Platzierungswechseln verbundenen Belastungen verstärken (Lockwood et al., 2015; Newton et al., 2000). Die sich daraus entwickelnde Eigendynamik kann für die Betroffenen zu einem Teufelskreis werden (siehe Abbildung 2).



Abbildung 2: Teufelskreis von Verhaltensauffälligkeiten und Abbrüchen der Hilfe.

1.2 Biografiearbeit als Methode zur Bewältigung kritischer Lebensereignisse

Eine Methode, die sich in besonderem Maße zur Unterstützung bei der Bewältigung von Krisen oder Wendepunkten in der Lebensgeschichte eignet, ist die Biografiearbeit (Lattschar & Wiemann, 2018). Biografiearbeit ist ein angeleiteter Prozess, in dem frühere Lebensereignisse erinnert und gemeinsam mit den Teilnehmenden (z. B. in einem Lebensbuch oder in einer Erinnerungsbox mit persönlichen Gegenständen) dokumentiert werden. Bei der Strukturierung der Erinnerungen im Rahmen dieses Prozesses können falsche, ungenaue oder nicht hilfreiche Gedanken, die mit den Ereignissen in Zusammenhang stehen, identifiziert und hinterfragt werden. Die Aufarbeitung solcher dysfunktionaler Gedanken kann zur Entlastung der Betroffenen beitragen. Primäres Ziel der Biografiearbeit ist es, den Teilnehmenden dabei zu helfen, eine kohärente Erzählung ihrer Lebensgeschichte zu entwickeln und somit der aktuellen Situation durch ein besseres Verständnis der Vergangenheit mehr Sinnhaftigkeit zu verleihen (Atwool, 2017; Cook-Cotton & Beck, 2007).

1. Theoretischer Hintergrund

Die Wirksamkeit von Biografiearbeit wurde in einigen wissenschaftlichen Studien untersucht. Hammond et al. (2020) analysierten in einer Literaturübersicht erstmals systematisch die verfügbaren Wirksamkeitsbelege für Biografiearbeit bei fremduntergebrachten Kindern und Jugendlichen und fanden in den überwiegend qualitativen Untersuchungen Belege für deren positive Wirkung auf die Entwicklung einer kohärenten Identität. Theoretisch lässt sich diese Wirkung dadurch erklären, dass durch autobiografische Erzählungen von bedeutsamen Lebensereignissen eigenes Verhalten im Kontext dieser Ereignisse erklärt und mit persönlichen Eigenschaften in Beziehung gesetzt werden kann (Habermas & Bluck, 2000; McLean, 2005). Die daraus resultierende Erkenntnis der Kontinuität persönlicher Eigenschaften im Laufe der Zeit trotz sich verändernder Umwelten unterstützt die Wahrnehmung eines kohärenten Selbst (Cook-Cottone & Beck, 2007). Auf diese Weise kann Biografiearbeit dazu beitragen, die Vergangenheit, die Gegenwart und die Zukunft einer Person zu verbinden und so die Bildung einer kohärenten Identität fördern (McLean, 2005). Für fremduntergebrachte Kinder und Jugendliche, deren Biografien oft besonders viele Brüche aufweisen, ist es oftmals schwer, ein Gefühl der Kontinuität ihres Selbst über die Zeit zu entwickeln und aufrechtzuerhalten. Die häufigen Veränderungen und Verlusterfahrungen können bei ihnen eher den Eindruck verstärken, dass nichts von Dauer ist, auch nicht die eigene Identität, und dass der eigene Einfluss auf die Umwelt generell begrenzt ist (Ward, 2011).

Darüber hinaus kann Biografiearbeit laut der Literaturübersicht von Hammond et al. (2020) auch zu einer Stärkung des Selbstwertgefühls, zu einem besseren Umgang mit schwierigen Situationen im Alltag, zu einer verbesserten Emotionsregulation und zu einer Verbesserung der Beziehungsqualität zu Personen beitragen.

Aufgrund der positiven Effekte der Biografiearbeit ist diese in Großbritannien bereits seit 2014 vor jeder Adoption gesetzlich vorgeschrieben (Department for Education, 2014), um den Betroffenen den Übergang in eine neue Familie zu erleichtern (Atwool, 2017; Watson et al., 2015). Studien in diesem Zusammenhang haben allerdings auch gezeigt, dass der große Personalaufwand, der mit konventioneller Biografiearbeit im Einzelsetting einhergeht, bei Anwendung in der Regelversorgung aufgrund unzureichender personeller Ressourcen zu Lasten von deren Qualität gehen kann (Watson et al., 2015). Darüber hinaus fehlt es an umfassenden Qualitätsstandards für die Durchführung von Biografiearbeit und für die Ausbildung der entsprechenden Fachkräfte (Kurnatowski et al., 2018). Diese Barrieren sind wichtige Gründe dafür, dass Biografiearbeit trotz der großen Relevanz für fremduntergebrachte Kinder und Jugendliche und der vielversprechenden Forschungsbefunde in Deutschland bisher wenig Anwendung in der Regelversorgung findet.

1. Theoretischer Hintergrund

1.3 Konzeption der Gruppenintervention „ANKOMMEN“

Auf Basis dieser Erkenntnisse wurde an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm gemeinsam mit Kooperationspartnern aus der Jugendhilfe die auf Biografiearbeit basierende Gruppenintervention „ANKOMMEN“ entwickelt. Ziel der Intervention ist es, psychische und emotionale Belastungen im Zusammenhang mit der Fremdunterbringung frühzeitig zu adressieren und betroffene Jugendliche gezielt bei der biografischen Einordnung der Fremdunterbringung zu unterstützen. Dies soll dazu beitragen, mit der Fremdunterbringung einhergehende Belastungen zu reduzieren und die Akzeptanz für die Hilfe zu verbessern. In der Folge könnten Abbruchraten verringert und die Erfolgsaussichten der Hilfe verbessert werden.

Neben bewährten Methoden konventioneller Biografiearbeit, welche auf Basis entsprechender Fachliteratur (z. B. Lattschar & Wiemann, 2018; Ryan & Walker, 2007) für das Gruppensetting adaptiert wurden, wurden ergänzend etablierte verhaltenstherapeutische Methoden zur Verbesserung der Emotionsregulation und zur narrativen Aufarbeitung belastender Lebensereignisse (in Anlehnung an Cohen et al., 2009) sowie zum Umgang mit Stigmatisierung (siehe Mulfinger et al., 2018) in die Intervention integriert, um deren Passung für spezifische Belastungen von fremduntergebrachten Jugendlichen zu verbessern. Die thematischen Schwerpunkte und Rahmenbedingungen der Intervention wurden zudem an den Ergebnissen von Fokusgruppen mit fremduntergebrachten Jugendlichen (siehe Läntzsch et al., 2022) sowie an Empfehlungen der bei der Entwicklung und Evaluation der Intervention beteiligten Fachkräfte in kooperierenden Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen orientiert. Das Gruppensetting von ANKOMMEN ermöglicht ferner die Nutzung allgemeiner Wirkfaktoren von Gruppeninterventionen, wie die positiven Effekte von zwischenmenschlichem Feedback, einem positiven Gruppenklima, Gruppenkohäsion, Selbstoffenbarung, gegenseitiger Unterstützung, Normalisierung von Gedanken und Gefühlen sowie von stellvertretendem und interpersonellem Lernen (siehe Burlingame et al., 2011; Gullo et al., 2015; Rosendahl et al., 2021; Strauß & Mattke, 2018). Besonders im Jugendalter sind Gleichaltrige zudem häufig die wichtigsten Ansprechpersonen bei Problemen und Sorgen. Für fremduntergebrachte Jugendliche haben Peer-Beziehungen für die Identitätsentwicklung und die Entwicklung eines stabilen Selbstwertes sogar eine noch größere Bedeutung als für andere Jugendliche, da Mitglieder der Ursprungsfamilie häufig weniger verfügbar oder verlässlich sind (Farineau et al., 2013). Das Gruppensetting der Intervention und die dort stattfindenden Gruppenprozesse eignen sich zur Förderung des Beziehungsaufbaus zwischen Jugendlichen in stationären Jugendhilfeeinrichtungen und können somit Grundlage für eine wichtige Beziehungsressource im weiteren Hilfeverlauf sein. Nicht zuletzt soll die Adaption der Methoden der Biografiearbeit für ein Gruppensetting auch dazu beitragen, den personellen Aufwand für die Durchführung von Biografiearbeit zu verringern und somit deren leichteren Einsatz in der pädagogischen Regelversorgung zu ermöglichen. Die ausführliche Beschreibung der Intervention innerhalb des vorliegenden Manuals soll dabei eine leichte Erlernbarkeit und Durchführbarkeit der Intervention bei gleichzeitig hoher Durchführungsqualität sicherstellen.

1. Theoretischer Hintergrund

Die Wirksamkeit von psychosozialen Gruppeninterventionen, welche von Fachkräften in Jugendhilfeeinrichtungen oder Schulen durchgeführt werden, konnte bereits in zahlreichen wissenschaftlichen Studien belegt werden (z. B. Auslander et al., 2017; Pfeiffer & Goldbeck, 2017; Pfeiffer et al., 2018; Rolfsnes & Idsoe, 2011). Besonders im Bereich der Trauma-fokussierten Arbeit bzw. Traumapädagogik konnten positive Effekte gefunden werden und die teilnehmenden Jugendlicheinrichtungen berichteten häufig, neben der Reduktion von posttraumatischen Stresssymptomen, auch von einem als nützlich empfundenen Wissenszuwachs bei ihrem Personal. Die Durchführbarkeit und Wirksamkeit der Gruppenintervention ANKOMMEN wurde zwischen 2019 und 2023 ebenfalls im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie untersucht. Im Folgenden werden das Studiendesign sowie die Ergebnisse der Evaluationsstudie zusammenfassend dargestellt.

1.4 Evaluationsstudie zur Wirksamkeitsprüfung

1.4.1 Studiendesign

Die Gruppenintervention ANKOMMEN wurde im Rahmen der Wirksamkeitsstudie zwischen Oktober 2020 und September 2022 in insgesamt 17 kooperierenden Jugendhilfeeinrichtungen verschiedener Größe parallel zur regulären pädagogischen Betreuung durchgeführt. Die Studie wurde durch die Baden-Württemberg Stiftung gefördert.

Nach Prüfung der Einschlusskriterien (Alter 12–17 Jahre, keine akute Suizidalität, Einwilligung zur Studienteilnahme durch Jugendliche und Sorgeberechtigte) füllten die teilnehmenden Jugendlichen und deren Bezugsbetreuer*innen vor Beginn der Intervention eine Reihe standardisierter Fragebögen aus (Fragebögen T1, siehe Abbildung 3). Alle verwendeten Fragebögen sind in Tabelle 1 dargestellt. Nach der vollständigen Durchführung der Intervention wurden bei den Teilnehmenden die gleichen Fragebögen wie vor Beginn der Intervention erneut erhoben (Fragebögen T2, siehe Abbildung 3). Über die gemessene Veränderung in den Fragebogendaten zwischen T1 und T2 konnten Rückschlüsse auf die Wirkung der Intervention gezogen werden (Prä-Post-Vergleich). Zusätzlich wurden direkt nach der Interventionsteilnahme Leitfadeninterviews mit Jugendlichen und Gruppenleitenden zur explorativen Untersuchung von Wirkungen und Wirkmechanismen durchgeführt. Drei Monate nach der zweiten Erhebungsphase fand eine dritte Erhebung statt (Fragebögen T3, siehe Abbildung 3), in welcher nochmals die zu den ersten beiden Messzeitpunkten (T1 und T2) erhobenen Fragebogendaten erfasst werden. Der dritte Messzeitpunkt diente zur Überprüfung der Stabilität der Effekte nach Abschluss der Intervention. Die Durchführung der Intervention wurde in allen Einrichtungen durch wöchentliche Supervisionssitzungen von erfahrenen Psychotherapeuten*innen begleitet, um eine hohe Durchführungsqualität zu gewährleisten.

1. Theoretischer Hintergrund

Die primäre Ergebnisvariable der Evaluationsstudie war die Selbstwirksamkeitserwartung der Jugendlichen, da in mehreren wissenschaftlichen Studien festgestellt wurde, dass Selbstwirksamkeit einer der wichtigsten Schutzfaktoren für gefährdete Kinder darstellt, sowohl im Allgemeinen als auch speziell im Kontext von Kindesmisshandlung und -vernachlässigung (Cicchetti, 2013; Hohm et al., 2017; Masten, 2014; Sciaraffa et al., 2018). Es bestehen überzeugende Belege dafür, dass eine hohe wahrgenommene Selbstwirksamkeit die negativen Auswirkungen von Missbrauch, Misshandlung und Vernachlässigung zumindest teilweise abschwächen kann und dass Betroffene mit höherer Selbstwirksamkeit weniger psychische Probleme und eine höhere Lebensqualität aufweisen (Cohrdes & Mauz, 2020; Schmid et al., 2022; VanMeter et al., 2020). Vor diesem Hintergrund könnte die Förderung der Selbstwirksamkeit durch gezielte Interventionen in der Regelbetreuung für Kinder und Jugendliche in Fremdunterbringung von großem Nutzen sein. Als sekundäre Ergebnisvariablen wurden Selbstwertgefühl sowie psychische Belastungen (posttraumatische Stresssymptome, depressive Symptome und Verhaltensauffälligkeiten, siehe Tabelle 1) festgelegt.

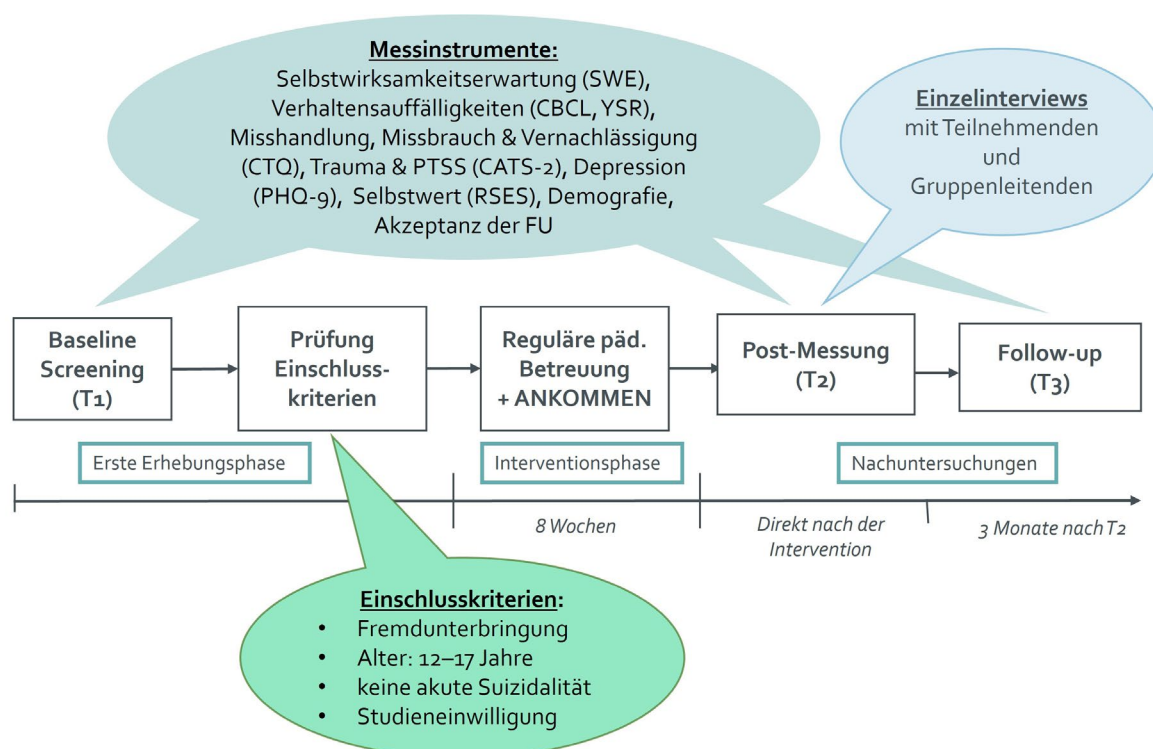


Abbildung 3: Erhebungsplan der Wirksamkeitsstudie. Die Teilnahmedauer betrug nach der Prüfung der Einschlusskriterien fünf Monate (acht Wochen Teilnahme an der Gruppenintervention und Nachbefragung drei Monate nach Abschluss der Gruppenintervention).

1. Theoretischer Hintergrund

Tabelle 1: Übersicht der verwendeten Fragebögen.

Fragebogen	Erfassung von	Informant*in	Zeit (in Min)	T1	T2	T3
Child Behavior Checklist (Achenbach, 1991a)	Verhaltensauffälligkeiten	Bezugsbetreuer*in	15	X	X	X
Youth Self Report (Achenbach, 1991b)	Verhaltensauffälligkeiten	Jugendliche*r	15	X	X	X
Childhood Trauma Questionnaire (Bernstein & Fink, 1998)	Missbrauch & Vernachlässigung	Jugendliche*r	3	X		
Child and Adolescent Trauma Screen Version 2 (Sachser et al., 2022)	posttraumatischer Stresssymptomatik	Jugendliche*r, Bezugsbetreuer*in	20	X	X	X
Skala zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (Schwarzer & Jerusalem, 1999)	Selbstwirksamkeitserwartung	Jugendliche*r	2	X	X	X
Rosenberg Self-Esteem Scale (Roth et al., 2008)	Selbstwert	Jugendliche*r	3	X	X	X
Patient Health Questionnaire 9 Items (Kroenke et al., 2001)	depressiven Symptomen	Jugendliche*r	3	X	X	X
Demografischer Fragebogen	soziodemografischen Angaben	Bezugsbetreuer*in	5	X		
Fragen zur aktuellen Unterbringung	Angaben zur Akzeptanz der Hilfemaßnahme, Angaben zu aktueller psychotherapeutischer/psychiatrischer Behandlung	Jugendliche*r, Bezugsbetreuer*in	3	X	X	X

1.4.2 Ergebnisse der Wirksamkeitsstudie

Die Ergebnisse der Evaluationsstudie wurden in umfassender Form in wissenschaftlichen Fachzeitschriften publiziert (siehe Schepp et al., 2024; Schepp et al., im Druck). Insgesamt nahmen 115 Jugendliche (davon 52 Prozent männlich) aus 17 verschiedenen Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen in Süddeutschland an der Evaluationsstudie teil. Das durchschnittliche Alter der Teilnehmenden lag bei 14,9 Jahren (Spannweite von 12,2 Jahren bis 17,9 Jahren). Im Durchschnitt lebten die Teilnehmenden seit 1,8 Jahren in der aktuellen Einrichtung, wobei die Spannweite von 17 Tagen bis zu 3577 Tagen reichte. Die Intervention wurde von insgesamt 45 Mitarbeitenden in den Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen (davon 22 % männlich) mit einem Durchschnittsalter von 35,3 Jahren durchgeführt. Im Durchschnitt hatten diese rund elf Jahre Berufserfahrung (Spannbreite von 0,8

1. Theoretischer Hintergrund

bis 30,0 Jahre). Die durchschnittliche Größe der Gruppen im Rahmen der Evaluationsstudie lag bei vier Jugendlichen. Die Spannweite reichte dabei von drei bis sechs Teilnehmenden. Im Folgenden werden die zentralen Ergebnisse zur Wirkung der Intervention dargestellt.

1.4.2.1 Ergebnisse der Auswertung der Fragebogendaten

Primäre Ergebnisvariable: Selbstwirksamkeitserwartung

Selbstwirksamkeitserwartung bezeichnet die optimistische Einschätzung der eigenen Handlungsmöglichkeiten angesichts schwieriger Anforderungen und möglicher Handlungsbarrieren. Sie wurde mit dem Fragebogen zur Allgemeinen Selbstwirksamkeitserwartung (SWE, siehe Tabelle 1 in Kapitel 1.4.1) erhoben. In der Gesamtstichprobe zeigte sich im Prä-Post-Vergleich eine signifikante Verbesserung der Selbstwirksamkeitserwartung zwischen dem ersten und dem zweiten Messzeitpunkt ($t_{(105)} = -2.52$, $p = .040$; $d = -.24$), die im Nachbeobachtungszeitraum von drei Monaten stabil blieb. Bei der differenzierten Analyse der Daten zeigte sich, dass sich die Selbstwirksamkeitserwartung bei Jugendlichen mit initial unterdurchschnittlich ausgeprägter Selbstwirksamkeitserwartung signifikant verbesserte ($t_{(47)} = -5.56$, $p < .001$; $d = -.80$). Bei Jugendlichen, die vor Interventionsbeginn bereits eine durchschnittliche oder überdurchschnittliche Selbstwirksamkeitserwartung berichteten, zeigte sich keine signifikante Veränderung der Werte im Untersuchungszeitraum (siehe Abbildung 4).

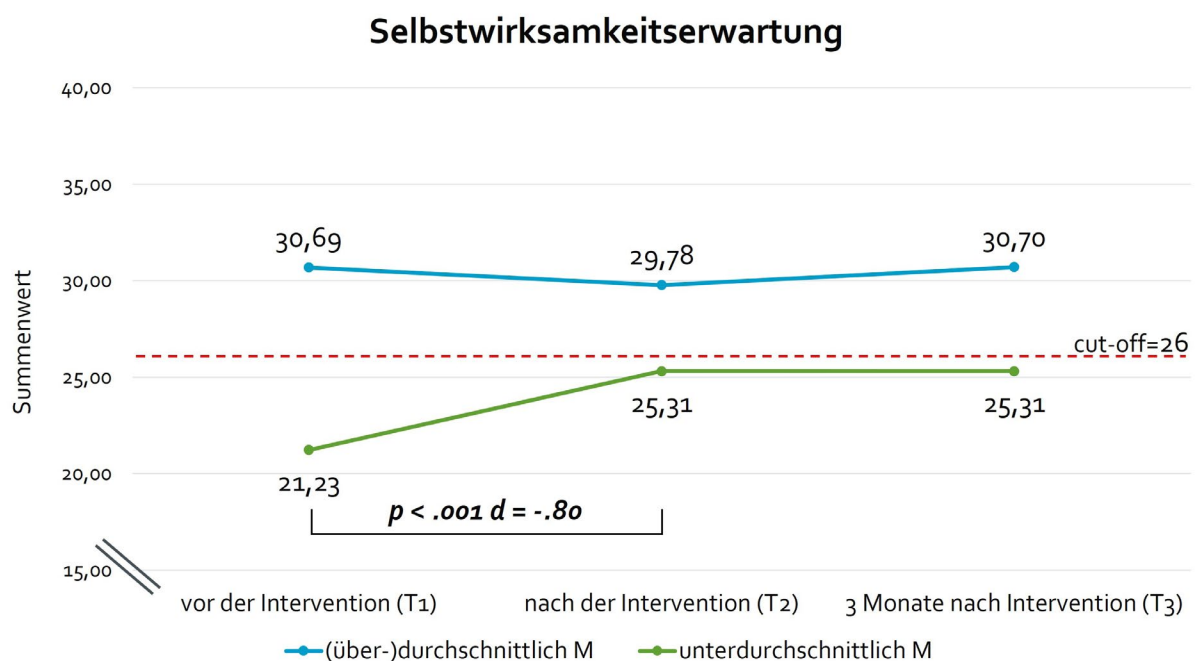


Abbildung 4: Veränderung der Summenwerte der Selbstwirksamkeitserwartung in der Gruppe mit unterdurchschnittlichen Werten vor Interventionsbeginn und in der Gruppe mit mindestens durchschnittlichen Werten. Der Cut-off für das Vorliegen einer durchschnittlichen Selbstwirksamkeitserwartung liegt bei 26.

1. Theoretischer Hintergrund

Sekundäre Ergebnisvariable: Selbstwert

Als Selbstwert werden Überzeugungen über den allgemeinen Wert der eigenen Person bezeichnet. Dieser wurde in der Wirksamkeitsstudie mittels der deutschen Version der Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES, siehe Tabelle 1 in Kapitel 1.4.1) erhoben. In der Gesamtstichprobe ergab sich eine signifikante Verbesserung des Selbstwertes der Teilnehmenden im Nachbeobachtungszeitraum von drei Monaten ($t_{(98)} = -2.83$, $p = .017$; $d = -.28$). In der differenzierten Analyse der Studiendaten zeigte sich, dass sich der Selbstwert bei Jugendlichen mit initial unterdurchschnittlicher Ausprägung im Vergleich der Prä- und Post-Messung signifikant verbesserte ($t_{(41)} = -4.41$, $p < .001$; $d = -.68$). Diese Verbesserung erwies sich im 3-Monats-Follow-up ebenfalls als stabil. Bei Jugendlichen mit durchschnittlichen oder überdurchschnittlichen Werten im Selbstwert vor Interventionsbeginn zeigte sich keine signifikante Veränderung im Untersuchungszeitraum.

Sekundäre Ergebnisvariable: Posttraumatische Stresssymptomatik

Das Vorliegen einer posttraumatischen Stresssymptomatik wurde mit Hilfe des Child and Adolescent Trauma Screen Version 2 (CATS-2, siehe Tabelle 1 in Kapitel 1.4.1) erhoben. Eine posttraumatische Stresssymptomatik kann sich nach dem Erleben eines traumatischen Ereignisses entwickeln und beinhaltet Symptome von Wiederleben, Vermeidung und autonomer Übererregung. In der Gesamtstichprobe ergab sich im Selbsturteil der Teilnehmenden eine signifikante Verringerung von posttraumatischen Stresssymptomen zwischen der Prä- und Post-Messung ($t_{(93)} = 2.80$, $p = .019$; $d = .29$) sowie zwischen der Post-Messung und dem 3-Monats-Follow-up ($t_{(82)} = 2.59$, $p = .034$; $d = .28$). In der differenzierten Datenanalyse zeigte sich, dass sich die Verringerung der posttraumatischen Stresssymptomatik zwischen der Prä- und Post-Messung auf Jugendliche beschränkte, die initial von einer klinisch auffälligen posttraumatischen Stresssymptomatik berichteten ($t_{(47)} = 4.00$, $p < .001$; $d = .58$, siehe Abbildung 5). In der Fremdbeurteilung durch Bezugsbetreuende zeigte sich in der Gesamtstichprobe ($t_{(70)} = 3.10$, $p = .008$; $d = .37$) sowie bei Jugendlichen mit initial klinisch auffälligen posttraumatischen Stresssymptomen ($t_{(16)} = 2.90$, $p = .031$; $d = .70$) eine Verringerung der posttraumatischen Stresssymptomatik zwischen der Prä-Messung und dem 3-Monats-Follow-up.

1. Theoretischer Hintergrund

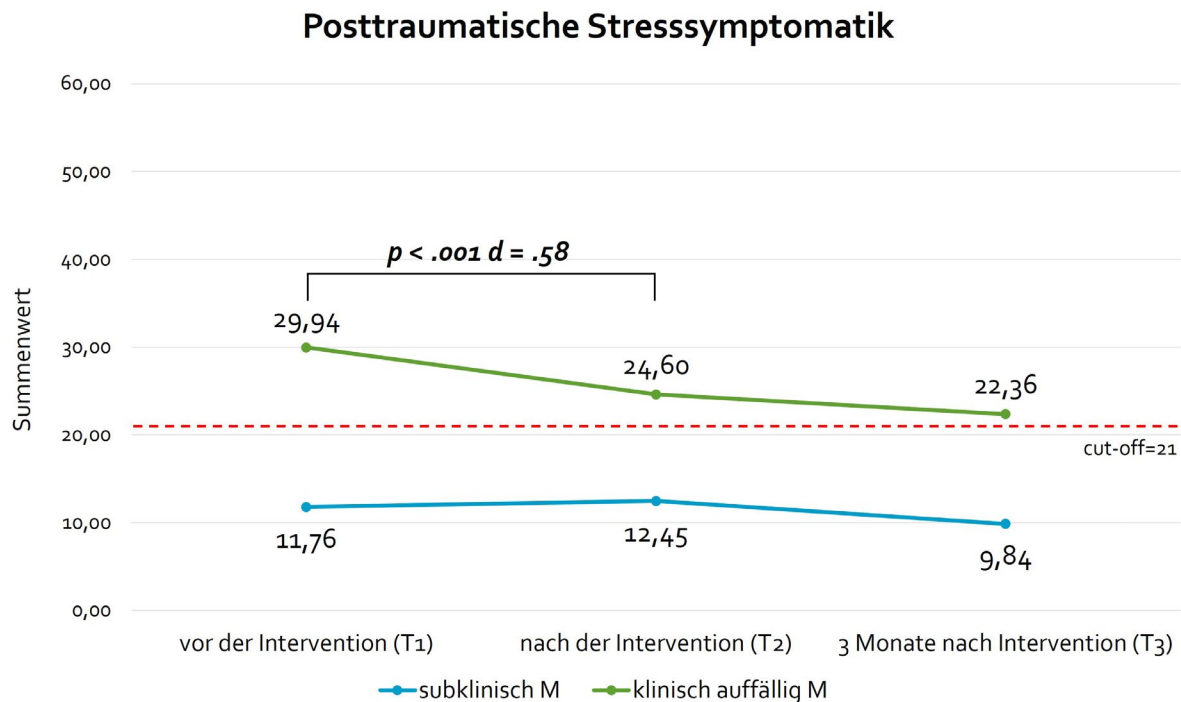


Abbildung 5: Veränderung der Summenwerte der posttraumatischen Stresssymptomatik im Selbsturteil in der Gruppe mit klinisch auffälligen Werten vor Interventionsbeginn und in der Gruppe mit klinisch unauffälligen Werten. Der Cut-off für eine klinisch auffällige posttraumatische Stresssymptomatik liegt bei 21.

Sekundäre Ergebnisvariable: Depressive Symptome

In der Gesamtstichprobe ergab sich eine signifikante Verringerung depressiver Symptome, gemessen mit dem Patient Health Questionnaire 9 (PHQ-9, siehe Tabelle 1 in Kapitel 1.4.1), im Vergleich der Prä-Messung mit dem 3-Monats-Follow-up ($t_{(98)} = 2.69$, $p = .025$; $d = .27$). In der differenzierten Datenanalyse zeigte sich zudem eine signifikante Abnahme depressiver Symptome im Vergleich der Prä- mit der Post-Messung bei Jugendlichen mit initial klinisch auffälliger depressiver Symptomatik ($t_{(29)} = 4.12$, $p < .001$; $d = .76$). Dieser Effekt erwies sich im 3-Monats-Follow-up als stabil.

Sekundäre Ergebnisvariablen: Internalisierende und externalisierende Verhaltensauffälligkeiten

Internalisierende und externalisierende Verhaltensauffälligkeiten wurden jeweils im Selbst- und Fremdurteil mit dem Youth Self Report und der Child Behavior Checklist (YSR; CBCL, siehe Tabelle 1 in Kapitel 1.4.1) erhoben. In der Gesamtstichprobe ergab sich bezüglich internalisierender Verhaltensauffälligkeiten (sozialer Rückzug, körperliche Beschwerden, ängstliche und depressive Symptome) im Vergleich der Prä- und Post-Messung eine signifikante Reduktion der Auffälligkeiten

1. Theoretischer Hintergrund

im Selbsturteil ($t_{(105)} = 3.28$, $p = .004$; $d = .32$) und im Fremdurteil ($t_{(103)} = 5.43$, $p < .001$; $d = .53$). In der differenzierten Datenanalyse zeigte sich, dass die Effekte in der Gesamtstichprobe durch die deutlichen Verbesserungen bei Teilnehmenden mit klinisch auffälligen Werten vor Beginn der Intervention im Selbsturteil ($t_{(59)} = 5.72$, $p < .001$; $d = .74$) und im Fremdurteil ($t_{(64)} = 6.10$, $p < .001$; $d = .76$) verursacht wurden. Beide Effekte erwiesen sich im 3-Monats-Follow-up als stabil (siehe Abbildung 6). Bei Jugendlichen, bei denen vor der Intervention keine klinisch auffälligen internalisierenden Verhaltensauffälligkeiten vorlagen, zeigte sich keine signifikante Veränderung der Werte im Untersuchungszeitraum.

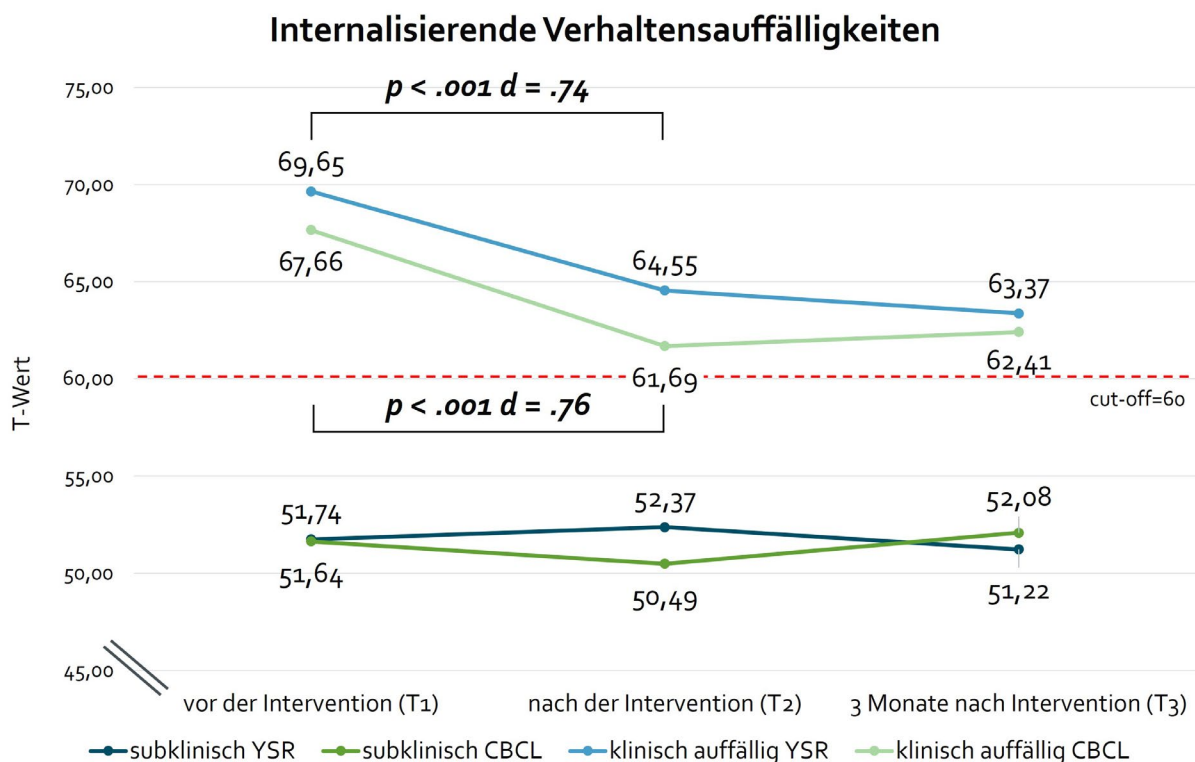


Abbildung 6: Veränderung der T-Werte der internalisierenden Verhaltensauffälligkeiten im Selbsturteil (YSR) und Fremdurteil (CBCL) in der Gruppe mit klinisch auffälligen Werten vor Interventionsbeginn sowie in der Gruppe mit klinisch unauffälligen Werten. Der Cut-off für klinisch auffällige internalisierende Verhaltensauffälligkeiten liegt bei 60.

Bei Betrachtung der externalisierenden Verhaltensauffälligkeiten (dissoziales und aggressives Verhalten) ergab sich in der Gesamtstichprobe im Vergleich der Prä- und Post-Messung eine signifikante Reduktion der Auffälligkeiten im Fremdurteil ($t_{(103)} = 2.57$, $p = .035$; $d = .25$). Im Selbsturteil zeigte sich eine signifikante Reduktion der Auffälligkeiten im Vergleich der Prä-Messung mit dem 3-Monats-Follow-up ($t_{(98)} = 3.13$, $p = .007$; $d = .31$). In beiden Fällen war die deutliche Reduktion der Verhaltensauffälligkeiten bei Teilnehmenden mit klinisch auffälligen Werten vor Interventionsbeginn im Selbsturteil ($t_{(44)} = 3.50$, $p = .003$; $d = .52$) und im Fremdurteil ($t_{(51)} = 2.60$, $p = .036$; $d = .36$) ursächlich für die Effekte in der Gesamtstichprobe. Die gefundenen Prä-Post-Veränderungen erwiesen sich

1. Theoretischer Hintergrund

im 3-Monats-Follow-up als stabil (siehe Abbildung 7). Bei Jugendlichen ohne klinisch auffällige externalisierende Verhaltensauffälligkeiten vor Interventionsbeginn zeigten sich keine signifikanten Veränderungen der Werte im Untersuchungszeitraum.

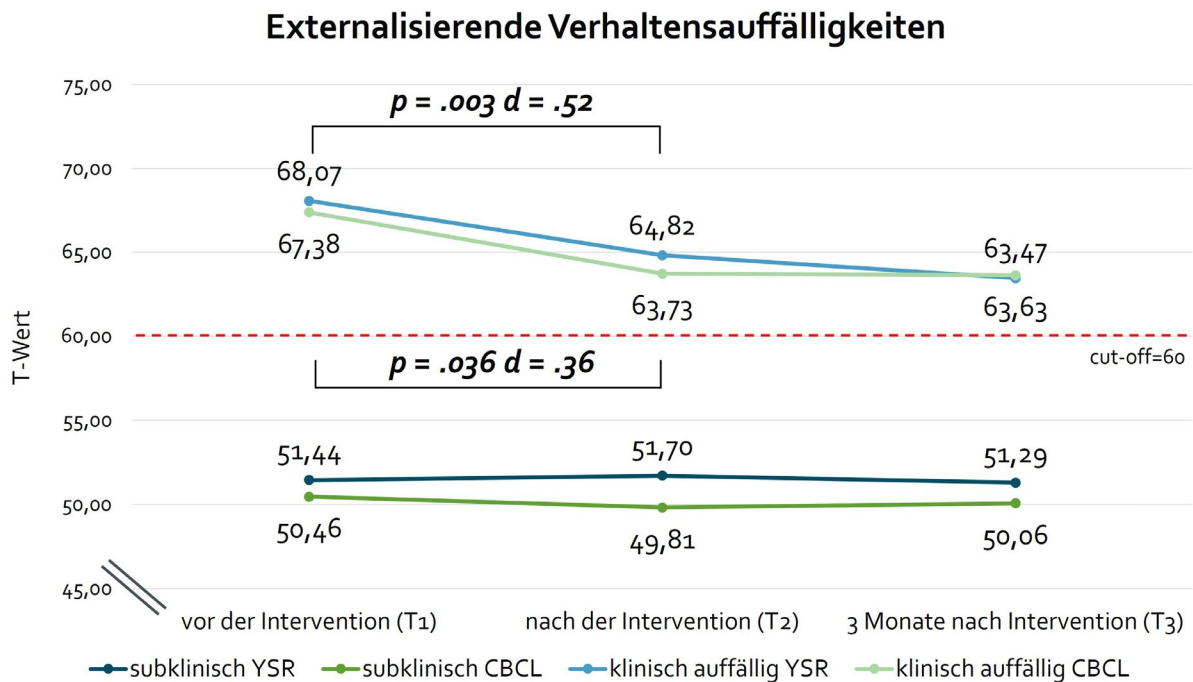


Abbildung 7: Veränderung der T-Werte der externalisierenden Verhaltensauffälligkeiten im Selbsturteil (YSR) und Fremdurteil (CBCL) in der Gruppe mit klinisch auffälligen Werten vor Interventionsbeginn sowie in der Gruppe mit klinisch unauffälligen Werten. Der Cut-off für klinisch auffällige externalisierende Verhaltensauffälligkeiten liegt bei 60.

1.4.2.2 Ergebnisse der Analyse der Einzelinterviews mit Jugendlichen

Von den Jugendlichen, die die Intervention abgeschlossen hatten, wurden 52 Jugendliche (49,1 % der Gesamtstichprobe) in strukturierten Einzelinterviews zu ihren Erfahrungen bei der Teilnahme befragt. Das Durchschnittsalter der befragten Teilnehmenden betrug 15,1 Jahre (Spannweite = 12,3–17,9 Jahre), und 24 Teilnehmende (46,2 %) waren weiblich. Die Befragten lebten im Durchschnitt 21,8 Monate in der aktuellen Jugendhilfeeinrichtung, wobei die Spannweite der Aufenthaltsdauer mit null bis 69 Monaten sehr groß war. Die Interviews hatten eine durchschnittliche Länge von 12,5 Minuten (Spannweite = 5,4–25,1 Minuten). Es gab keine signifikanten Unterschiede zwischen den befragten Jugendlichen und den nicht befragten Jugendlichen in Bezug auf Alter, Geschlecht und Aufenthaltsdauer in der aktuellen Jugendhilfeeinrichtung. Im Folgenden werden die Ergebnisse der qualitativen Analyse dargestellt.

1. Theoretischer Hintergrund

Rahmenbedingungen von ANKOMMEN

Bezüglich der Rahmenbedingungen der Intervention spielte die Freiwilligkeit sich zu Themen äußern zu können eine wichtige Rolle für die Jugendlichen: *„[...] wir hatten klipp und klar Regeln festgelegt, dass wenn es einer Person zu viel wird, die Person dann Bescheid sagt. Dass man auch nichts sagen muss, wenn man nicht will. Ich denke, das hat uns allen die Stärke gegeben zu sagen ‚Hey, ich bin immer noch ich, ich kann hier reden.‘ Man wird zu nichts gezwungen, wenn man was sagen will, kann man das, wenn einem etwas am Herzen liegt, dann rede. Und ich glaube, das hat uns allen geholfen.“* (AN-15-01-116, Pos. 74).

Zudem wurde die Gruppe als sicherer und vertraulicher Ort wahrgenommen: *„Wir waren ja auch für uns. Das heißt, die anderen haben gar nicht mitbekommen, was wir da beredet haben und es blieb in der Gruppe, deswegen war das schon gut.“* (AN-13-01-057, Pos. 58).

Die Struktur der Gruppensitzungen förderte die Auseinandersetzung der Jugendlichen mit ihrer Fremdunterbringung: *„Ich habe mich durch ANKOMMEN ein bisschen mehr damit beschäftigt. [...] Ich habe öfter darüber nachgedacht, warum ich in die Gruppe gekommen bin. [...] jede Woche darüber zu sprechen ist anders, als sich einmal im Monat kurz damit zu befassen.“* (AN-16-01-119, Pos. 52–56).

Die Atmosphäre in den Gruppensitzungen bestärkte die Teilnehmenden zudem sich den anderen Teilnehmenden und den Gruppenleitenden zu öffnen: *„Es war nicht wie eine Therapie, bei der man so ernst darüber geredet hat, sondern es war auch ein bisschen locker und man hat aber trotzdem über ernste Themen geredet.“* (AN-05-01-051, Pos. 4).

Wirkungen von ANKOMMEN

Als Wirkung der Interventionsteilnahme wurde von einigen Jugendlichen eine Zunahme von Offenheit berichtet: *„Ich war in der Wohngruppe eigentlich immer verschlossen, und dann durch dieses ANKOMMEN, das Reden und alles, dachte ich mir so: Komm, wenn ich das auch mit anderen Kindern aus dem Heim hinkriege, dann bekomme ich das sicher auch mit meiner eigenen Gruppe hin, und das hat eigentlich auch alles gut funktioniert. [...] Ich glaube, ich habe dann begriffen, dass Reden auch mehr bringt als gar nichts zu tun, beziehungsweise nicht zu reden. Weil damit hilfst du dir eigentlich nicht. Du hast ja dann immer noch dieselbe Last, und wenn du jetzt mit jemand anderem darüber redest, wird es vielleicht auch weniger.“* (AN-01-01-081, Pos. 50 & 70).

Darüber hinaus zeigten sich bei einigen Jugendlichen ein besseres Selbstverständnis, ein besseres Verständnis für die Probleme und Verhaltensweisen anderer, eine größere Offenheit, eine positivere Beziehung zu anderen Teilnehmenden und zu den Gruppenleitenden sowie eine Verringerung der

1. Theoretischer Hintergrund

Alltagsbelastungen. Außerdem wurden bei einigen Jugendlichen Verarbeitungsprozesse bezüglich der eigenen Fremdunterbringung in Gang gesetzt: *„Das ANKOMMEN-Projekt hat mir weitergeholfen [zu verstehen], warum ich in einer Wohngruppe bin und was ich falsch gemacht habe. [...] Ich habe vorher immer andere beschuldigt, dass ich jetzt in einer Wohngruppe bin. Aber es lag schon auch an mir.“* (AN-12-01-041, Pos. 36 & 80) oder *„Ich habe mir sehr oft Vorwürfe gemacht, dass ich auch an vielem schuld bin. Aber dann hat man sich im Projekt überlegt, dass jeder eigentlich einen Teil [der] Schuld hat, dass man nicht alles nur auf sich schieben muss.“* (AN-01-01-081, Pos. 54).

Diese Prozesse konnten auch einen Beitrag zur Veränderung der Einstellung zur Hilfe leisten: *„Meine Lebensdenkweise ist jetzt anders. Wenn jemand fragt, ‚Bist du in einem Heim?‘ kann ich offen und ehrlich damit umgehen und kann sagen ‚Ja‘. Ich kann in gewissen Situationen auch stolz darauf sein. Auch wenn das meine Familie jetzt nicht so sieht. Aber ich bin hier in einem Umfeld, in dem Menschen für mich da sind. Ich bekomme die Hilfe, die ich brauche.“* (AN-15-01-116, Pos. 46).

Darüber hinaus zeigten sich in den Interviews auch Effekte, die die in den Fragebögen gefundenen Effekte untermauern. Einige Jugendliche berichteten beispielsweise von einer erhöhten Selbstwirksamkeit nach der Teilnahme an der Intervention: *„Wenn jemand sagt: ‚Nein, das kannst du nicht, das wirst du sowieso nicht schaffen!‘, denke ich mir: Komm du erstmal in so eine Situation und versuche, das zu durchleben, was ich durchlebe, dann können wir weiterreden. Ich denke, dieses ANKOMMEN hat mir eine bessere Sicht auf mein jetziges Leben gegeben.“* (AN-15-01-116, Pos. 46). Auch eine Steigerung des Selbstwertes wurde von einigen Teilnehmenden berichtet: *„Ich denke auf jeden Fall positiver über mich. [...] Viele aus meiner Gruppe haben mir gut zugesprochen. Aber es lag auch daran, dass ich bei ANKOMMEN immer ein gutes Gefühl hatte.“* (AN-10-01-004, Pos. 40–42).

Die Auswertung potentieller Wirkmechanismen ergab, dass der gegenseitige Austausch der Jugendlichen über ihre Erfahrungen zu den positiven Effekten der Gruppenteilnahme beitrug: *„Ich konnte über meine Geschichte und alles auch mal mit anderen reden. Und es hat eigentlich ganz gut getan darüber zu reden.“* (AN-01-01-079, Pos. 80). Mit dem Austausch über das Erlebte ging bei vielen Jugendlichen eine Normalisierung von mit der Fremdunterbringung assoziierten Gedanken und Gefühlen einher: *„[Das ANKOMMEN-Programm] hat mir irgendwie Mut gegeben. Es hat mir gezeigt, dass es anderen genauso geht. Wenn du dich mit Freunden unterhältst, dann wird dir das nicht so klar. Aber in der Gruppe, da ist einem richtig klar geworden, dass es anderen auch so geht, und das hat mir irgendwie mehr Mut für den Alltag gemacht. [...] [Das ANKOMMEN-Programm] hat mir gezeigt, dass ich nicht alleine bin, dass ich mit anderen über meine Probleme reden kann und dass manche auch ziemlich ähnliche Probleme haben. [...] Ich denke, dass es einem weiterhilft und dass man sich dann geborgener fühlt.“* (AN-02-01-017, Pos. 38 & 82–86). Auch die gegenseitige Unterstützung der Teilnehmenden im Verlauf der Intervention wirkte sich positiv auf die Jugendlichen aus: *„Ich glaube, wenn dann noch eine zweite Person dabei ist, die sich mit deiner Geschichte auseinandersetzt, ist es noch einmal hilfreicher, weil die dann in dem Moment auch für dich da ist, wenn du Probleme hast oder sonstiges. Das ist eine gute Erfahrung [...]“* (AN-01-01-036, Pos. 96).

1. Theoretischer Hintergrund

Entfalten konnten sich diese Wirkmechanismen auf Basis der Themenangebote der Intervention und der funktionalen Rahmenbedingungen: *„Also ich muss sagen, vor meinen Sachen habe ich allgemein ein bisschen Angst. Und deshalb hatte ich am Anfang ein bisschen einen kritischen Eindruck, aber nachdem ich dann die ersten zwei Sitzungen hatte, fand ich das eigentlich ganz beeindruckend. [...] So die Themen und auch, wie wir das gestaltet haben. [...] Das hat mich ganz schnell vom Gegenteil überzeugt.“* (AN-06-01-053, Pos. 32–34).

Insgesamt zogen die in den Interviews befragten Jugendlichen mehrheitlich ein positives Fazit der Teilnahme. Eine Jugendliche fasste dies so zusammen: *„Natürlich, du kannst die Erfahrungen auch im Alltag machen, aber ich glaube nicht ganz so intensiv. [...], du lernst einfach noch mal ein bisschen etwas. [...] und das ist ja etwas, was jetzt nicht für deine Arbeitswelt oder so ist, sondern das ist etwas für dich, wie du mit anderen Menschen umgehst und wie du mit dir selbst umgehst. Und deswegen ist es eigentlich echt gut, dieses Projekt.“* (AN-01-01-036, Pos. 96). Darüber hinaus gaben alle befragten Jugendlichen an, dass sie die Interventionsteilnahme anderen Jugendlichen in ihrer oder anderen Jugendhilfeeinrichtungen weiterempfehlen würden, beispielsweise weil *„sie dann vielleicht auch lernen mit sich besser umzugehen, sich besser kennenzulernen und dann auch einmal die Geschichte von anderen hören. Und dann findet man vielleicht jemanden, der die gleiche Geschichte hat.“* (AN-01-01-080, Pos. 116).

1.4.2.3 Zusammenfassung und Einordnung

Die Ergebnisse der Wirksamkeitsstudie zeigten, dass Jugendliche mit unterdurchschnittlich ausgeprägtem Selbstwertgefühl und unterdurchschnittlicher Selbstwirksamkeitserwartung im Anschluss an die Teilnahme am ANKOMMEN-Programm einen signifikant höheren Selbstwert sowie eine signifikant höhere Selbstwirksamkeitserwartung aufwiesen. Darüber hinaus zeigte sich bei Jugendlichen mit klinisch auffälliger posttraumatischer Stresssymptomatik, klinisch auffälliger depressiver Symptomatik und klinisch auffälligen internalisierenden oder externalisierenden Verhaltensauffälligkeiten eine signifikante Verbesserung der Symptome nach der Teilnahme am ANKOMMEN-Programm. Die beschriebenen Verbesserungen erwiesen sich in der erneuten Messung drei Monate nach Ende der Intervention als stabil. Die Effektstärken lagen dabei im mittleren bis großen Bereich (Cohen, 1988). Diese Hinweise zur Wirkung der Gruppenintervention müssen allerdings unter dem Vorbehalt betrachtet werden, dass keine Kontrollgruppe mit regulärer pädagogischer Betreuung ohne Teilnahme am ANKOMMEN-Programm enthalten war und somit nicht bestimmt werden kann, welchen Anteil die reguläre pädagogische Arbeit in den Jugendhilfeeinrichtungen an den gemessenen positiven Veränderungen hatte. Zur Absicherung der Gültigkeit der gefundenen Effekte wäre eine randomisierte kontrollierte Studie (RCT) notwendig.

1. Theoretischer Hintergrund

Bei Jugendlichen mit mindestens durchschnittlichem Selbstwert, mindestens durchschnittlicher Selbstwirksamkeitserwartung und ohne klinisch auffällige posttraumatische Stresssymptome, klinisch auffällige depressive Symptome und klinisch auffällige internalisierende oder externalisierende Verhaltensauffälligkeiten konnte keine signifikante Veränderung der Testwerte durch die Interventionsteilnahme gemessen werden. Eine mögliche Erklärung dafür ist, dass bei Jugendlichen mit bereits durchschnittlichem oder gutem psychosozialen Funktionsniveau in den untersuchten Bereichen auch keine starken Verbesserungen mehr zu erwarten sind. Dennoch ist es möglich, dass die Jugendlichen von anderen bekannten Effekten der Biografiearbeit, z. B. in Bezug auf die Identitätsentwicklung oder die Verbesserung von Beziehungen (siehe Hammond et al., 2020) profitiert haben, die in dieser Studie nicht explizit mit Fragebögen erfasst wurden. Eine detaillierte Darstellung und Besprechung der Ergebnisse der quantitativen Analysen kann in der entsprechenden wissenschaftlichen Publikation (Schepp et al., im Druck) nachgelesen werden.

Durch die Analyse der Interviews mit Jugendlichen im Anschluss an die Interventionsteilnahme ließen sich bedeutsame Aspekte der Rahmenbedingungen (empfundene Sicherheit, Freiwilligkeit, Strukturierung der Auseinandersetzung, Atmosphäre in den Gruppensitzungen) und potentielle Wirkmechanismen (Austausch in der Gruppe, Normalisierung von Gedanken und Gefühlen, gegenseitige Unterstützung, Themenangebote der Intervention) von ANKOMMEN bestimmen. Darüber hinaus geben die Interviews Hinweise auf weitere Wirkungen der Teilnahme (mehr Offenheit, mehr Selbstverständnis und Verständnis für andere, Entwicklung positiver Beziehungen, Erkenntnis- und Klärungsprozesse in Bezug auf die eigene Fremdunterbringung, Anwendung erlernter Strategien zur besseren Alltagsbewältigung, Veränderung der Einstellung zur aktuellen Hilfe) und untermauern in den Fragebögen gefundene Effekte (erhöhte Selbstwirksamkeit, erhöhter Selbstwert, Anwendung erlernter Strategien zur besseren Alltagsbewältigung). Eine Generalisierung der gefundenen Ergebnisse auf alle Teilnehmenden der Intervention ist auf Basis dieser Methodik nicht zulässig. Allerdings ist bei Gruppeninterventionen insgesamt auch nicht zu erwarten, dass alle Teilnehmenden in gleicher Art oder gleichem Ausmaß von der Intervention profitieren. Eine detaillierte Darstellung und Besprechung der Analyse der Interviews kann in der entsprechenden wissenschaftlichen Publikation (Schepp et al., 2024) nachgelesen werden.

1.4.3 Implementierung von ANKOMMEN

Durchführbarkeit im pädagogischen Alltag

Neben der Evaluation der Wirksamkeit spielte in der Studie die Untersuchung der Durchführbarkeit der Intervention im pädagogischen Alltag von Jugendhilfeeinrichtungen eine wichtige Rolle. Wichtige Indikatoren für die Akzeptanz des Programmes bei den teilnehmenden Jugendlichen sind die Abbruchrate der Intervention und die Anwesenheitsrate in den Sitzungen. An der Studie nahmen insgesamt 92,2 % der Jugendlichen bis zum Ende an der Intervention teil. Die Anwesenheitsrate

1. Theoretischer Hintergrund

über alle Sitzungen hinweg war ebenfalls hoch: 75,5 % (n = 80) der Jugendlichen nahmen an allen Interventionssitzungen teil, 14 % (n = 15) fehlten bei einer Sitzung, 7,6 % (n = 8) bei zwei Sitzungen und lediglich 2,8 % (n = 3) bei mehr als zwei Sitzungen. In Feedbackfragen, die den Jugendlichen nach der Intervention anonym gestellt wurden, gaben zudem 76,4 % der Teilnehmenden an, dass sie sich nicht daran erinnern können, sich während der Gruppensitzungen unwohl gefühlt zu haben. Der am häufigsten genannte Grund für empfundenes Unbehagen während der Gruppensitzungen war das Sprechen über die eigene Vergangenheit (n = 8; 7,6 %), was durch das Zitat dieses Teilnehmenden veranschaulicht werden kann: *„Wo ich erzählen konnte, warum ich im Heim lebe, musste man nicht, aber man konnte, fühlte ich mich unwohl, aber ich wollte meine Geschichte teilen und den anderen erzählen, was ich durchgemacht habe.“* Der am zweithäufigsten genannte Grund für Unbehagen während der Gruppensitzungen bezog sich ebenfalls auf die Vergangenheit, und zwar im Zusammenhang mit der empfundenen Belastung durch die biografischen Themen einiger Sitzungen im Allgemeinen (n = 7; 6,6 %). Ein Teilnehmer drückte dies wie folgt aus: *„Es gab ein paar Dinge, die mich getriggert haben“*. Weitere Einzelnennungen betrafen verschiedene Aspekte wie Müdigkeit in den Sitzungen, Unbehagen während der Rollenspiele oder Mangel an Zeit für die Teilnahme an der Gruppe. Die insgesamt hohe Passung der Intervention für die Zielgruppe und die hohe Akzeptanz des Programms lässt sich auch aus der Bewertung der Nützlichkeit der Teilnahme durch die Jugendlichen und aus der Weiterempfehlung der Teilnahme an Gleichaltrige ableiten: 75,5 % aller Jugendlichen bewerteten die Teilnahme insgesamt als hilfreich und 89,4 % würden die Teilnahme an der Intervention Gleichaltrigen weiterempfehlen. Außerdem bewerteten 84,3 % der Bezugsbetreuenden die Teilnahme am ANKOMMEN-Programm als vorteilhaft für die von ihnen betreuten Jugendlichen. Einen weiteren Beleg für die gute Durchführbarkeit der Intervention im pädagogischen Alltag liefert die in der Wirksamkeitsstudie erhobene Manualtreue. Anhand von standardisierten Sitzungsprotokollen konnte ermittelt werden, dass im Durchschnitt 96,2 % der im Manual vorgesehenen Inhalte in den Gruppensitzungen durchgeführt werden konnten.

Zuletzt muss bei der Evaluation einer Intervention immer die Sicherheit der Intervention überprüft werden. Während der gesamten Pilotstudie gab es lediglich drei Zwischenfälle, die als schwerwiegende unerwünschte Ereignisse eingestuft werden mussten: Ein Teilnehmer wurde wegen eines schon länger bestehenden Substanzmissbrauchsproblems in eine Klinik eingewiesen und musste deshalb die Teilnahme beenden. Zwei weitere Teilnehmende wurden wegen einer suizidalen Krise, die allerdings in keinem nachvollziehbaren Zusammenhang mit ihrer Teilnahme an der Intervention stand, einmalig in der zuständigen psychiatrischen Klinik vorstellig. In beiden Fällen war jedoch keine stationäre Behandlung erforderlich und die Jugendlichen entschieden sich für die weitere Teilnahme an der Intervention.

1. Theoretischer Hintergrund

Hinweise zur nachhaltigen Implementierung

Im Rahmen der Wirksamkeitsstudie wurden mit den kooperierenden Jugendhilfeeinrichtungen insgesamt drei Projekttreffen durchgeführt, an denen gemeinsam nach Lösungen für potentielle Barrieren zur langfristigen Implementierung der Intervention gesucht wurde. Aufgrund der Vielfaltigkeit der im Projekt kooperierenden Einrichtungen im Hinblick auf Größe und pädagogische Konzeption wurden bei den Treffen keine expliziten Empfehlungen formuliert, sondern lediglich Einflussfaktoren systematisiert, die in Abbildung 8 zusammengefasst dargestellt sind.

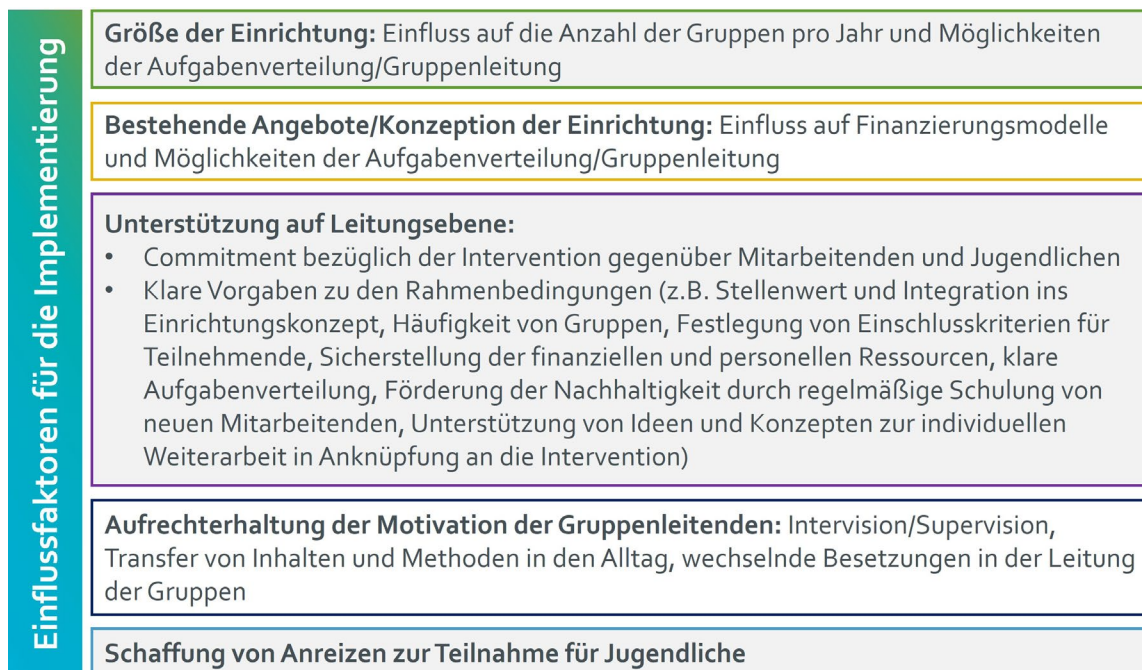


Abbildung 8: Relevante Einflussfaktoren für eine langfristige erfolgreiche Implementierung des ANKOMMEN-Programmes in stationären Jugendhilfeeinrichtungen.

Bezüglich der Einrichtungsgröße sollte beachtet werden, für wie viele Gruppen pro Jahr voraussichtlich genügend Teilnehmende zur Verfügung stehen. Dementsprechend sollten die Gruppen im jeweiligen Jahresverlauf fest eingeplant werden, damit die entsprechenden Ressourcen (Räumlichkeiten, Personal) bereitgehalten werden können und die Sitzungstermine eine gewisse Kontinuität aufweisen, d. h. dass sie nicht zu stark von Ferienzeiten oder Feiertagen unterbrochen werden.

Auch in Bezug auf die Finanzierung des Gruppenangebotes machte die Heterogenität der Einrichtungen eine einheitliche Empfehlung zum Vorgehen schwierig. Einige Einrichtungen bevorzugten, das Gruppenangebot über individuelle Zusatzleistungen zu finanzieren, andere strebten die Finanzierung als ergänzende Gruppenleistung oder gar die Integration der Biografiearbeit in die Einrichtungskonzeption an, wodurch sich die Perspektive einer Finanzierung der Gruppe als Modul über die Leistungsvereinbarung ergibt.

1. Theoretischer Hintergrund

Einen weiteren wesentlichen Faktor für den Erfolg der langfristigen Implementierung des Programms stellte zudem die strukturelle Unterstützung durch die Einrichtungsleitung dar (siehe Abbildung 8). Nicht zuletzt sollte auch die Schaffung von Anreizen zur Teilnahme für die Jugendlichen in die Planungen zur Implementierung miteinbezogen werden, da die Auseinandersetzung mit der eigenen Geschichte aufgrund damit assoziierter Belastungen den Jugendlichen auf den ersten Blick vermutlich eher aversiv erscheint.

2. Manual zur Intervention

2.1 Allgemeine Anwendungshinweise

Im Folgenden werden zunächst allgemeine Anwendungshinweise für die Planung und Durchführung der Intervention gegeben. Eine Beschreibung des allgemeinen Ablaufs der Intervention erfolgt in Kapitel 2.2 und Kapitel 2.3. Anschließend wird in Kapitel 2.4 der Ablauf jeder einzelnen Sitzung im Detail erläutert.

2.1.1 Allgemeine Hinweise zur Durchführung von Biografiearbeit

Die vorliegende Intervention hat die biografische Einordnung der Fremdunterbringung zum Ziel und fokussiert sich somit lediglich auf einen Teilaspekt der Biografie der Teilnehmenden. Sie soll kein Ersatz für eine umfassende Biografiearbeit sein, kann aber in Verbindung mit der regulären pädagogischen Arbeit in Jugendhilfeeinrichtungen eine sinnvolle Ergänzung der Betreuung darstellen.

Biografiearbeit berührt durch das Offenlegen von persönlichen Informationen unser Selbstverständnis und unsere Identität und ist deshalb Vertrauenssache. Somit ist es in jeder Phase der Biografiearbeit wichtig, sich durch einen wertschätzenden und respektvollen Umgang das Vertrauen der Teilnehmenden zu erarbeiten und zu erhalten. Dies erfordert eine offene und authentische Begegnung mit den Jugendlichen, schließt aber auch die Bereitschaft, über Dinge zu sprechen, die einem selbst unangenehm sind und die Toleranz von unerwünschten Reaktionen oder Verhaltensweisen der Jugendlichen mit ein. Widerstand und Vermeidungsverhalten im Zusammenhang mit der Bearbeitung schwieriger Erinnerungen sind eine nachvollziehbare Reaktion der Teilnehmenden, die man akzeptieren und der man mit Empathie und einfühlsamen Gesprächsangeboten begegnen sollte. Ein wichtiger Grundsatz ist dabei die Freiwilligkeit. Die Teilnehmenden sollten zu keinem Zeitpunkt gedrängt werden, über bestimmte Aspekte ihrer Vergangenheit zu sprechen, wenn sie das nicht möchten. Hier muss sensibel auf die individuellen Grenzen der Teilnehmenden geachtet werden. Im Gespräch mit den Jugendlichen ist es hilfreich, einige Grundregeln der Gesprächsführung, wie die Verwendung von „Ich-Botschaften“ (z. B. „Ich glaube es könnte dir guttun, dich damit auseinanderzusetzen“) statt „Du-Botschaften“ („Du solltest dich damit auseinandersetzen“) und aktives Zuhören (offene und interessierte Körpersprache, Blickkontakt halten, verbale und non-verbale Bestätigung des Verständnisses des Gesagten, Nachfragen bei Unklarheiten, empathisch auf Gefühlsäußerungen eingehen) zu beachten, um eine wertschätzende Atmosphäre zu erzeugen. Weiterhin sollten die Teilnehmenden so oft wie möglich für ihre Bemühungen und für die Überwindung von Schwierigkeiten in der Vergangenheit sowie für die aktuelle Auseinandersetzung mit schwierigen Themen durch Lob und Anerkennung positiv verstärkt werden.

2. Manual zur Intervention

Im Rahmen der Intervention kann die Auseinandersetzung mit schwierigen Themen dazu führen, dass Teilnehmende auch außerhalb der Sitzungen verstärkt Bedarf an persönlichen Gesprächen äußern. Dies sollte im Vorfeld der Durchführung bedacht werden. Auch können, z. B. durch Erinnerungen an traumatische Ereignisse, starke emotionale Reaktionen bei den Teilnehmenden auftreten. In solchen Situationen gilt es zunächst Ruhe zu bewahren und Sicherheit zu vermitteln. Bei anhaltender starker Belastung sollte der Kontakt zu psychiatrischen oder psychotherapeutischen Fachpersonen zur Abstimmung weiterer Schritte aufgenommen werden. In diesem Zusammenhang ist es auch wichtig, eigene Gefühle und Gedanken, wie Wut und Unverständnis über das Verhalten der (leiblichen) Eltern, zurückzustellen. Durch Professionalität und Neutralität kann der Respekt vor den Eltern gewahrt werden, was eine wichtige Voraussetzung für die Achtung und Wertschätzung des Kindes oder Jugendlichen ist.

2.1.2 Gruppenzusammensetzung

Die Zusammensetzung der Interventionsgruppen wurde im Rahmen der Entwicklung gemeinsam mit den kooperierenden Jugendhilfeeinrichtungen abgestimmt. Dem Wunsch nach einem breiten Anwendungsspektrum der Intervention folgend wurde die Spannweite des Alters der Teilnehmenden in der Wirksamkeitsstudie mit 12–17 Jahren sehr breit gewählt. Eine Altersbegrenzung für Teilnehmende war allerdings notwendig, um die altersgerechte Aufbereitung und Vermittlung der Interventionsinhalte gewährleisten zu können. Den unterschiedlichen Anforderungen an die Interventionsmaterialien und -methoden in verschiedenen Altersgruppen wurde jedoch durch die an die Wirksamkeitsstudie anschließende Adaption des Workbooks für Kinder zwischen sieben und elf Jahren Rechnung getragen, die in den zusätzlichen Online-Materialien auf www.beltz.de zum Download zur Verfügung steht. Die Anwendbarkeit der hier vorliegenden Interventionsmaterialien für die Zielgruppe 12–17 Jahre alter Jugendlicher konnte in der Wirksamkeitsstudie bestätigt werden.

In der Wirksamkeitsstudie zeigte sich, dass eine Gruppengröße von vier bis sechs Teilnehmenden eine gute Balance bezüglich der Möglichkeiten zum Austausch zwischen den Jugendlichen und den Möglichkeiten für individuelle Hilfestellungen durch die Gruppenleitenden bietet. Bis zu acht Teilnehmende sind jedoch grundsätzlich möglich. Zudem sollte beachtet werden, dass die Jugendlichen grundsätzlich an allen Gruppensitzungen teilnehmen können, da die Inhalte der einzelnen Sitzungen aufeinander aufbauen. Deshalb sollten neben Ferien und Feiertagen bei der Planung der Gruppen auch individuelle mit der Abwesenheit der Jugendlichen verbundene Termine (z. B. in Vereinen oder in Schule oder Ausbildung) berücksichtigt werden. Es ist zudem nicht ungewöhnlich, dass einige Jugendliche ihre Teilnahme bereits vor der letzten Sitzung beenden (z. B. aufgrund von mangelnder Motivation, Zeitmangel, Bedarf an Einzelintervention). In der durchgeführten Wirksamkeitsstudie war die Abbruchrate mit 7,8 % im Vergleich zu anderen Gruppenprogrammen zwar relativ gering, allerdings müssen Abbrüche bei der Gruppenplanung immer einkalkuliert werden.

2. Manual zur Intervention

Demnach sollte eine Gruppe zu Beginn der Intervention aus mindestens drei Teilnehmenden bestehen, sodass auch nach dem Ausscheiden eines Teilnehmenden immer noch die Möglichkeit zum gegenseitigen Austausch besteht.

Die individuelle Zusammensetzung der Gruppen kann aufgrund unterschiedlicher Gegebenheiten in den jeweiligen Einrichtungen sehr unterschiedlich ausfallen, was neben Schwierigkeiten auch potentielle Vorteile für die Teilnehmenden mit sich bringen kann. Durch große Altersunterschiede der Teilnehmenden eröffnen sich beispielsweise unterschiedliche Perspektiven auf bestimmte Probleme und Sachverhalte, was grundsätzlich bereichernd sein kann. Auch die Unbefangenheit von jüngeren Teilnehmenden kann sich positiv auf die Diskussionen (besonders von schwierigen oder belastenden Themen) auswirken. Ein unterschiedliches Arbeitstempo, unterschiedliche Aufmerksamkeitsspannen sowie ein stark unterschiedliches kognitives Leistungsniveau erschweren hingegen die gemeinsame Arbeit und können zu Unruhe in der Gruppe führen. Zudem besteht die Gefahr, dass ältere Jugendliche die jüngeren Teilnehmenden nicht ernst nehmen. Mit zwei Gruppenleitenden kann, besonders bei kleineren altersheterogenen Gruppen, in der Regel dennoch adäquat auf die Bedürfnisse aller Teilnehmenden eingegangen werden.

Auch das gemeinsame Leben aller Teilnehmenden in derselben Wohngruppe bringt Vor- und Nachteile mit sich. Zum einen kann sich die gemeinsame Gruppenarbeit positiv auf deren Beziehung zueinander auswirken (siehe Kapitel 1.4.2.2). Zudem kennen sich die Teilnehmenden bereits und können sich dadurch eventuell schneller öffnen und miteinander ins Gespräch kommen. Bereits bestehende Vertrauensdefizite oder Konflikte zwischen Teilnehmenden können die Arbeit in der Gruppe jedoch auch negativ beeinflussen. Der Zugewinn von Verständnis und Empathie für andere Teilnehmende durch die Intervention kann allerdings auch zur Lösung von bestehenden Konflikten zwischen Teilnehmenden beitragen.

Auch in gemischtgeschlechtlichen Gruppen kann es möglicherweise zu Schwierigkeiten kommen. Zwar können unterschiedliche Perspektiven auch hier wieder bereichernd sein, allerdings kann es auch Hemmungen geben, sich gegenüber dem anderen Geschlecht zu öffnen und Vertrauen aufzubauen. Hinzu kommen andere altersspezifische Besonderheiten zwischen den Geschlechtern (z. B. Liebesbeziehungen und damit assoziierte Themen). Falls im Rahmen der Intervention schambehaftete Themen aufkommen, ist bei gemischtgeschlechtlichen Gruppen ein besonders einfühlsames Vorgehen wichtig. Auch kulturelle Unterschiede der Teilnehmenden, beispielsweise im Frauenbild, sollten berücksichtigt werden. Ein deutliches Ungleichgewicht der Geschlechter innerhalb einer Gruppe (z. B. drei Jungen und ein Mädchen) sollte nach Möglichkeit ebenfalls vermieden werden, um allen Teilnehmenden die gleiche Chance zur Entfaltung und Offenheit zu geben. Somit kann es durchaus sinnvoll sein, sofern die Gegebenheiten in der Einrichtung dies zulassen, reine Mädchen- bzw. Jungengruppen anzubieten oder eine annähernde Gleichverteilung der Geschlechter in den Gruppen anzustreben.

2. Manual zur Intervention

Eine generelle Empfehlung für die Zusammenstellung der Interventionsgruppen kann kaum gegeben werden, da die Rahmenbedingungen in einzelnen Einrichtungen sehr unterschiedlich sind. Die Gruppenleitenden sollten deshalb idealerweise mit den Wohngruppen der potentiellen Teilnehmenden in Kontakt treten und in Rücksprache mit den jeweiligen Bezugsbetreuer*innen im Vorfeld mögliche Vor- und Nachteile der geplanten Gruppenzusammenstellung unter Berücksichtigung der Dynamik zwischen potentiellen Teilnehmenden abwägen.

2.1.3 Gruppenleitung

Die Gruppensitzungen sollten grundsätzlich von zwei Gruppenleitenden durchgeführt werden. Die Arbeit im Team hat sich bereits in vielen anderen Gruppeninterventionen bewährt und wurde auch in der Wirksamkeitsstudie von ANKOMMEN als hilfreich beurteilt. Mit zwei Gruppenleitenden kann individueller auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden eingegangen werden (z. B. bei Hilfestellungen in Einzelaufgaben oder bei sehr heterogenen Gruppen). Auch bei starker Belastung von einzelnen Teilnehmenden im Rahmen der Gruppensitzungen ist eine zweite Gruppenleitung von Vorteil, da diese sich ausschließlich um die entsprechende Person kümmern und bei Bedarf in einen anderen Raum zurückziehen kann.

Die beiden Gruppenleitenden sollten die Sitzungen gemeinsam vor- und nachbereiten, um durch gegenseitige Unterstützung eine hohe Durchführungsqualität sicherzustellen. Während der Durchführung können sich beide Gruppenleitenden gegenseitig unterstützen, indem sie Aufgabenbereiche klar verteilen – z. B. ist einer der beiden Gruppenleitenden in einem bestimmten Abschnitt der Sitzung für die Vermittlung der Inhalte verantwortlich, während der*die andere Gruppenleitende für die Einhaltung des Zeitrahmens und der Gruppenregeln sorgt. Dabei ist es wichtig, sich in den Aufgabenbereichen auch abzuwechseln, sodass z. B. nicht eine Person immer nur für die Einhaltung der Regeln zuständig ist. Weiterhin ist Kontinuität in der Betreuung der Gruppen enorm wichtig für den Aufbau von Vertrauen und das konstruktive Arbeiten, sodass diese schon bei der Planung der Sitzungstermine beachtet werden sollte. Ebenfalls sollte berücksichtigt werden, dass die Auseinandersetzung mit den persönlichen Geschichten der Teilnehmenden auch für die Gruppenleitenden belastend sein kann. Aus diesem Grund wird eine regelmäßige Supervision oder Intervention der Gruppendurchführung empfohlen und die Gruppenleitenden sollten ihr individuelles Belastungsniveau im Blick behalten. Nachstehend sind deshalb einige Vorschläge für die eigene Selbstfürsorge (Psychohygiene) zusammengefasst (siehe Tabelle 2).

2. Manual zur Intervention

Tabelle 2: Grundregeln der Psychohygiene (aus Pfeiffer & Goldbeck, 2019).

Psychohygiene
1. Eigene Grenzen erkennen und akzeptieren; abwägen, ob man aktuell in der Lage ist, die Intervention durchzuführen und die dadurch entstehenden Belastungen zu tragen
2. Freiräume zur Verarbeitung des Erlebten schaffen, z. B. durch telefonische „Nicht-Erreichbarkeit“ oder weniger Termine an den Tagen der Sitzungen
3. Nachbesprechung der Sitzungen direkt im Anschluss mit Kollegen*innen sowie in der Supervision
4. Achtsamkeitsübungen, Entspannungstechniken, Stressabbau durch sportliche Aktivität
5. Abgrenzungsrituale (z. B. Zuschließen der Tür des Gruppenraums als Abschluss der gedanklichen Auseinandersetzung mit der Sitzung)
6. „Stille Viertelstunde“: Nach der Arbeit eine Viertelstunde Zeit nehmen, um den Tag gedanklich noch einmal zu ordnen, und dann nach diesen 15 Minuten die Gedanken abschließen
7. Abendritual: Was war heute gut?
8. Gedanke und Fokus auf den Mut und die Stärke der Teilnehmenden, die trotz ihrer negativen Erfahrungen immer wieder auch schöne Momente und in vielen Bereichen auch schon viel erreicht haben

2.1.4 Einbezug von Bezugspersonen

Die Bezugspersonen der Teilnehmenden (z. B. Betreuende in den Wohngruppen, Mitglieder der Herkunftsfamilie, Vormund, ambulante Hilfen) stellen eine wichtige Ressource dar. Die offene Kommunikation mit Bezugspersonen von Teilnehmenden kann die Durchführung der Intervention und den Transfer von Inhalten in den Alltag erleichtern. Allerdings muss dabei stets die Schweigepflicht und die in den Gruppen individuell vereinbarte Vertraulichkeit von Informationen beachtet werden. Personenbezogene Inhalte aus den Sitzungen dürfen nicht ohne das Einverständnis der Teilnehmenden weitergegeben werden. Es ist jedoch grundsätzlich von Vorteil, wenn die Bezugspersonen der Jugendlichen über den allgemeinen Ablauf der Intervention sowie über die Inhalte der Sitzungen zumindest Überblickhaft informiert sind, damit diese die emotionalen Reaktionen der Teilnehmenden auf die Sitzungen oder sich ergebende Nachfragen besser einordnen und darauf eingehen können. Da die Inhalte der Gruppensitzungen für die Teilnehmenden auch belastend sein können, könnte bei den Bezugspersonen sonst der Eindruck entstehen, die Jugendlichen vor der Intervention „schützen“ zu müssen. Es kann für die Teilnehmenden zudem eine zusätzliche Hilfe sein, wenn sie nach den Sitzungen von ihren Bezugspersonen nach ihrem Befinden gefragt werden und gegebenenfalls bestimmte Dinge noch einmal nachbesprechen können.

Ein direkter Einbezug der Herkunftsfamilien in die Gruppenintervention wurde im Verlauf der Interventionsentwicklung immer wieder mit unseren Kooperationspartnern aus der Jugendhilfe diskutiert. Obwohl dies zweifellos wünschenswert wäre, würde dies jedoch den Rahmen des Programms sprengen. ANKOMMEN und die in dem Programm vermittelten Kompetenzen zur Auseinandersetzung mit biografischen Themen stellt einen möglichen Zugang zur Biografiearbeit dar

2. Manual zur Intervention

und kann als Grundlage für die weitere individuelle Arbeit, z.B. durch den Fachdienst der Einrichtungen oder die Bezugsbetreuenden, genutzt werden. Dabei kann dann auch die Herkunftsfamilie entsprechend der individuell vorliegenden Gegebenheiten und den Wünschen der*des Jugendlichen einbezogen werden.

Im Verlauf der Intervention ist es jedoch auch denkbar, dass Situationen entstehen, in denen die Teilnehmenden weiterführende Fragen über ihre Eltern oder den Ablauf der Fremdunterbringung direkt an die Betreuenden der Einrichtung richten. Eine Weitergabe von Informationen an die Jugendlichen sollte gut abgewogen und wenn möglich in Rücksprache mit den Eltern und mit deren Einverständnis erfolgen. Auf diese Art sollen unangenehme und potentiell beziehungsschädigende Situationen zwischen den Jugendlichen und ihren Eltern vermieden werden. Wenn möglich, sollte sich mit der Herkunftsfamilie auf eine gemeinsame „Version“ der Geschichte geeinigt werden. Ist dies nicht möglich, können Abweichungen in Erzählungen allerdings auch unter Berücksichtigung der gebotenen Neutralität thematisiert werden. Von höchster Wichtigkeit ist in diesem Zusammenhang, dass die Teilnehmenden schlussendlich eine eigene, für sie selbst schlüssige und selbstwertstärkende Version ihrer Geschichte entwickeln können.

2.1.5 Materialien zur Durchführung der Intervention

Neben dem Manual für Gruppenleitende umfasst die Intervention folgende Materialien:

- Workbook mit sitzungsrelevanten Arbeitsmaterialien für jede*n Teilnehmende*n (siehe Anhang 1)
- Sitzungsprotokoll für jede Sitzung (siehe Anhang 2)
- Vorschläge für Kennenlern- und Pausenspiele (siehe Anhang 3 und Anhang 4)
- *Denken – Fühlen – Handeln*-Quiz (siehe Anhang 5)
- Informationsflyer (siehe Anhang 6)
- Entspannungsübungen und Tools zur Stimmungsabfrage (siehe Anhang 7)
- Abschlussurkunde für die Teilnehmenden (siehe Zusatzmaterial Workbook)

Die relevanten Arbeitsmaterialien werden vor jeder Sitzung von den Gruppenleitenden vorbereitet. Neben den oben aufgeführten Materialien ist es in allen Sitzungen von Vorteil, ein Flipchart oder Whiteboard (z.B. für die Gruppenregeln, zur Protokollierung von Gruppendiskussionen, zur Veranschaulichung von Zusammenhängen) zur Verfügung zu haben. Darüber hinaus werden in den Sitzungen zwei, drei und vier einzelne Zusatzmaterialien benötigt, die jeweils in der detaillierten Beschreibung der Sitzungsdurchführung aufgelistet sind. Die in den jeweiligen Sitzungen zu bearbeitenden Workbook-Seiten werden den Teilnehmenden zu bestimmten Zeitpunkten im Sitzungsverlauf ausgeteilt und sollen von diesen in ihr Workbook eingeklebt werden. Um zeitliche

2. Manual zur Intervention

Verzögerungen und Unruhe zu vermeiden, kann das Abheften der Materialien auf das Ende der Stunde verlagert werden oder die Materialien sollten (z. B. durch vorhandene Lochung) bereits für ein schnelles Wegsortieren vorbereitet sein.

Das Workbook wird den Teilnehmenden in der ersten Sitzung ausgegeben und sollte im Verlauf der Durchführung am Ende jeder Sitzung von den Gruppenleitenden zur Aufbewahrung wieder eingesammelt werden. Erst am Ende der Intervention (nach Sitzung 8) können die Teilnehmenden schließlich ihr persönliches Workbook mitnehmen, das als greifbares Produkt des Prozesses in ihrem Besitz verbleibt und nach Belieben weitergeführt und ergänzt werden kann. Dieses Prozedere sollte den Teilnehmenden bereits in der ersten Sitzung kommuniziert werden.

Sitzungsprotokolle

Für jede Sitzung gibt es ein spezifisches Sitzungsprotokoll, das direkt nach der Sitzung von den Gruppenleitenden ausgefüllt werden sollte (siehe Anhang 2). Bei der Erstellung des Sitzungsprotokolls durch die beiden Gruppenleitenden können die Inhalte und Abläufe der jeweiligen Sitzung noch einmal gemeinsam reflektiert werden. Die Erfahrungen der Wirksamkeitsstudie von ANKOMMEN zeigen, dass die strukturierte Reflexion mit Hilfe der Sitzungsprotokolle den Gruppenleitenden den Übergang von den Sitzungen in den Alltag erleichterte, weshalb das Sitzungsprotokoll von den Gruppenleitenden überwiegend als hilfreich beurteilt wurde. Zudem können mit dem Sitzungsprotokoll die Anwesenheit der Jugendlichen und die behandelten Themen der jeweiligen Sitzung auch für einrichtungsinterne Dokumentationszwecke ökonomisch erfasst werden.

2.1.6 Zeitliche Struktur der Sitzungen

Die Sitzungen dauern jeweils 90 Minuten und sollten in wöchentlichem Abstand stattfinden. Die letzte Sitzung mit der Abschlussfeier kann diesen zeitlichen Rahmen jedoch überschreiten. Um die inhaltliche Arbeit konstruktiv zu gestalten und die gewünschten Effekte nicht zu verringern, sollten Sitzungsabstände von mehr als zwei Wochen vermieden und deshalb Feiertage und Ferien bereits bei der Sitzungsplanung berücksichtigt werden. Dabei sollte auch mindestens ein Puffertermin mit eingeplant werden, falls einmal eine Sitzung ausfallen muss oder es notwendig werden sollte, Sitzung 2 oder Sitzung 4 auf zwei Termine zu verteilen. Es ist zudem hilfreich, alle Termine bereits vor Gruppenstart sowohl den Teilnehmenden als auch den Bezugsbetreuer*innen mitzuteilen.

Falls Teilnehmende eine Gruppensitzung verpassen sollten, können sie die Inhalte gegebenenfalls im Laufe der Woche mit einem der Gruppenleitenden im Einzelsetting nachholen. Wenn möglich sollte dies jedoch nicht direkt vor der nächsten Gruppensitzung geschehen, um eine

2. Manual zur Intervention

inhaltliche Überforderung zu vermeiden und den Teilnehmenden ausreichend Zeit einzuräumen, das Besprochene zu verarbeiten. Andernfalls könnte das dazu führen, dass die Intervention insgesamt als zu anstrengend empfunden und eventuell sogar abgebrochen wird.

Vor- und Nachbereitung der Sitzungen

Vor allem bei der erstmaligen Durchführung der Intervention ist es wichtig, die einzelnen Gruppensitzungen ausreichend vor- und nachzubereiten. Die Gruppenleitenden sollten deshalb genügend Zeit einplanen, um die Inhalte der einzelnen Sitzungen vorab gemeinsam durchzusprechen. Dafür kann beispielsweise der genaue Ablauf der Sitzung auf einem Flipchart festgehalten und dieses dann mit in die Gruppensitzung genommen werden, sodass sich die Teilnehmenden schon zu Beginn der Sitzung darauf einstellen können, was sie inhaltlich erwartet. Zudem kann es hilfreich sein, vorher festzulegen, welche*r Gruppenleitende in welchen Abschnitten der jeweiligen Sitzung die Vermittlung von inhaltlichen Aspekten übernimmt und welche*r Gruppenleitende eher unterstützend agiert. Im Rahmen der Wirksamkeitsstudie zeigte sich, dass die Gruppenleitenden bei der erstmaligen Durchführung im Durchschnitt 48 Minuten pro Sitzung für die Vorbereitung und 37 Minuten für die Nachbereitung (inkl. Ausfüllen des Sitzungsprotokolls) benötigten. Der zeitliche Aufwand für die Vor- und Nachbereitung verkürzte sich bei der zweiten Durchführung jedoch bereits erheblich. Die Vor- und Nachbereitungszeit kann jedoch individuell sehr unterschiedlich sein und ist nicht zuletzt auch abhängig von den persönlichen (zeitlichen) Ressourcen der Gruppenleiter*innen. Der pro Sitzung dargestellte tabellarische Ablaufplan im Manual wurde bei der Vorbereitung stets als sehr hilfreich empfunden.

2.2 Allgemeiner Aufbau der Intervention

Die Gruppenintervention ANKOMMEN soll fremduntergebrachten Jugendlichen im Alter zwischen 12 und 17 Jahren dabei helfen, die eigene Fremdunterbringung als Teil ihrer persönlichen Biografie zu akzeptieren und die Möglichkeiten der aktuellen Hilfe optimal für sich zu nutzen. Um diese Ziele zu erreichen, wurden Methoden der Biografiearbeit für ein Gruppensetting adaptiert und thematisch auf potentiell belastende Aspekte von Fremdunterbringungen fokussiert. Ergänzt wird die fokussierte Biografiearbeit in ANKOMMEN durch verhaltenstherapeutische Methoden (siehe Kapitel 1.3), welche auf eine Verbesserung der Emotionsregulation, des Umgangs mit schwierigen Situationen und mit Stigmatisierung sowie auf eine Erhöhung der Selbstwirksamkeitserwartung und des Selbstwertes der Teilnehmenden abzielen. Die Intervention umfasst insgesamt acht Gruppensitzungen, die in drei aufeinander aufbauende Phasen gegliedert sind (siehe Abbildung 9).

2. Manual zur Intervention



Abbildung 9: Gliederung der acht Interventionssitzungen in drei Phasen.

2.2.1 Phase 1 (Sitzungen 1-2)

Ziele der ersten Interventionsphase sind die Herstellung einer sicheren und konstruktiven Arbeitsatmosphäre, der Aufbau von Wissen über die rechtlichen Rahmenbedingungen von Fremdunterbringungen in Deutschland, die Vermittlung von Aspekten von Schutzkonzepten (z. B. Kinderrechte und Beschwerdemöglichkeiten) sowie das Erlernen von Strategien zur Emotionsregulation. In Phase eins steht die Aufarbeitung persönlicher Erlebnisse noch nicht im Vordergrund. In Vorbereitung auf den Austausch persönlicher Erlebnisse in Phase zwei soll jedoch das dafür notwendige Vertrauen zwischen den Teilnehmenden und den Gruppenleitenden aufgebaut werden.

2.2.2 Phase 2 (Sitzungen 3-6)

In der zweiten Interventionsphase liegt der Fokus auf der biografischen Arbeit. Primäres Ziel ist dabei die Förderung der Akzeptanz der Fremdunterbringung durch die differenzierte Auseinandersetzung mit deren individuellem Erleben und die Einordnung der Ereignisse in die persönliche Biografie. Neben der Aufarbeitung der eigenen Fremdunterbringung und damit assoziierter Themen, wie Loyalitätskonflikten und Stigmatisierung in Einzelarbeit, werden die Erfahrungen der Jugendlichen auch immer wieder in der Gruppe diskutiert. Dadurch wird den Teilnehmenden im Verlauf der zweiten Phase nicht nur die Möglichkeit gegeben, sich angeleitet mit ihren eigenen Fremdunterbringungserfahrung auseinanderzusetzen, sondern sie können ihre Geschichte und die damit verbundenen Gedanken und Gefühle auch mit anderen Betroffenen teilen. Die Jugendlichen können so die positive Erfahrung machen, dass sie mit ihren Gedanken, Gefühlen und Erlebnissen nicht allein sind, und im Austausch miteinander adaptive Strategien für den Umgang mit daraus resultierenden Herausforderungen und Belastungen erarbeiten.

2. Manual zur Intervention

2.2.3 Phase 3 (Sitzungen 7–8)

Die dritte Interventionsphase hat zum Ziel, die in den vorangegangenen Phasen gemachten Erfahrungen und erlernten Strategien zu integrieren. Die Teilnehmenden sollen sich ihrer eigenen Expertise bezüglich der Lösung von schwierigen Situationen bewusstwerden und positive Perspektiven für die eigene Zukunft entwickeln. Durch die im Rahmen der letzten Sitzung stattfindende Abschlussfeier soll die Intervention positiv abgeschlossen werden.

2.3 Inhaltliche Struktur der Sitzungen

Die einzelnen Interventionssitzungen folgen immer dem gleichen in Abbildung 10 dargestellten Aufbau.



Abbildung 10: Allgemeiner Sitzungsablauf.

Die Begrüßung und das Blitzlicht als Anfangsritual dienen der atmosphärischen Gestaltung. Den Teilnehmenden soll deutlich gemacht werden, dass sie sich in einem geschützten Rahmen befinden und dass die Arbeitsphase nun beginnt.

Die Wiederholung der Inhalte der vorangegangenen Sitzung dient ab der zweiten Sitzung der weiteren Verknüpfung und Festigung bereits gelernter Inhalte sowie zur Klärung von Fragen, die in der Zwischenzeit entstanden sind. Inhalt, Methodik und Umfang der Wiederholung sollten sich dabei an den Vorgaben im Manual orientieren, aber individuell an den Wissensstand und die Bedürfnisse der Gruppe angepasst werden. Fragen Sie die Teilnehmenden gerne nach ihren Wünschen. In der ersten Sitzung sollte die Anfangsphase zum Kennenlernen und zur Gruppenbildung genutzt

2. Manual zur Intervention

werden, insbesondere wenn die Teilnehmenden einander noch unbekannt sind. Einige Vorschläge für Kennenlernspiele sind in Anhang 3 zusammengetragen. Die Gruppenleitenden sollten sich den Teilnehmenden ebenfalls vorstellen, sofern diese noch nicht bekannt sind. Um die erste Sitzung zu entzerren, kann ein zusätzlicher Vorbereitungstermin mit einem Kennenlernen und Informationen über den Ablauf der Intervention erwogen werden. Manche Sitzungen beinhalten Hausaufgaben, die zu Beginn der nachfolgenden Sitzungen besprochen werden.

Anschließend werden die jeweiligen Sitzungsinhalte bearbeitet. Bei Anzeichen stark nachlassender Konzentration oder Unruhe bei den Teilnehmenden können zwischen den einzelnen Sitzungsabschnitten nach eigenem Ermessen kurze Pausen und Pausenspiele eingefügt werden. Vorschläge für entsprechende Spiele sind in Anhang 4 zu finden. Es kann aber auch einfach auf bekannte und bewährte Spiele zurückgegriffen werden, mit denen die Gruppenleitenden im pädagogischen Alltag gute Erfahrungen gemacht haben. Bei Stimmungseinbrüchen oder Anzeichen starker Belastung einzelner Teilnehmender oder der gesamten Gruppe können die vorbereiteten Tools zur Stimmungsabfrage verwendet werden (siehe Anhang 7). Die Gruppenleitenden können dadurch niederschwellig mit dem*den Teilnehmenden in Kontakt treten und so einen Eindruck erhalten, wie es dem*den Teilnehmenden gerade geht.

Am Ende jeder Sitzung wird ein von der Gruppe vereinbartes Abschlussritual durchgeführt, um das Ende der Arbeitsphase deutlich zu machen und den Übergang in den Alltag zu erleichtern. Beispiele für Abschlussrituale sind: Gemeinsam Musik machen/hören, gemeinsam malen, Tee trinken, Entspannungsübungen, tanzen oder etwas Nettes über den*die Sitznachbar*in sagen (siehe auch Abschnitt Schwierigkeiten und Tipps von Sitzung 1). Erfahrungen aus anderen Gruppeninterventionen in ähnlichen Settings und der Wirksamkeitsstudie von ANKOMMEN zeigen, dass in der Regel auch Spiele (z. B. Bewegungsspiele, Brett- oder Gesellschaftsspiele) von den Teilnehmenden gut angenommen werden, weil sie dadurch Abstand von den Sitzungsinhalten gewinnen und sich nicht nur gedanklich, sondern auch räumlich/körperlich von diesen abgrenzen können. Auch wenn die Zeit manchmal knapp ist, sollte sich die für das Abschlussritual notwendige Zeit unbedingt genommen werden. Die einzelnen Sitzungen erhalten so einen festen Rahmen und alle Teilnehmenden können anschließend entspannt in den Alltag entlassen werden.

2. Manual zur Intervention

2.4 Sitzungsinhalte

2.4.1 Übersicht über die Inhalte der einzelnen Sitzungen

Tabelle 3: Übersicht über die Inhalte der einzelnen Sitzungen.

Sitzung	Inhalt
1	<i>Meine Rechte</i> : Kennenlernen, Vorstellung der Intervention, Gruppenregeln, Psychoedukation zu Kinderrechten sowie zu Gründen, Zielen und Abläufen von Fremdunterbringungen in Deutschland
2	<i>Gefühle</i> : Psychoedukation zu Funktion und Differenzierung von Gefühlen, Zusammenhang von Gefühlen, Gedanken und Verhalten (Kognitives Dreieck)
3	<i>Einführung in die Biografiearbeit</i> : Nutzen von Biografiearbeit, persönlicher Steckbrief, Karte bisheriger Wohnorte
4	<i>Meine Geschichte</i> : Schriftliche Nacherzählung der Fremdunterbringung und der ersten Tage in der aktuellen Einrichtung
5	<i>Zwischen den Stühlen</i> : Merkmale und Aufgaben von Eltern, Umgang mit Loyalitätskonflikten
6	<i>Meine offizielle Geschichte</i> : Vor- und Nachteile des offenen Umgangs mit der Fremdunterbringung, selbstsicheres Verhalten, Entwicklung einer offiziellen Unterbringungsgeschichte
7	<i>Brieffreunde</i> : Brief an andere Jugendliche in der gleichen Situation
8	<i>Meine Zukunft</i> : Wünsche und Ziele für die Zukunft, Rückblick auf das Gelernte, Abschlussfeier

2.4.2 Darstellung der Sitzungsinhalte

Jede Sitzung wird ausführlich in drei Schritten dargestellt:

- 1) Rational der Sitzung
- 2) Praktische Durchführung der Sitzung mit den jeweils relevanten Materialien
- 3) Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

Zu Beginn ist jeweils ein Zeitplan abgebildet, der als Orientierung für die Strukturierung der Sitzung dient, aber nicht exakt eingehalten werden muss. Vorgegebene Leitfragen zur Strukturierung von Gruppendiskussionen sind kursiv dargestellt und unterstrichen. Andere Fragen, Anleitungen und Überleitungen sind ebenfalls kursiv dargestellt, aber nicht unterstrichen. Diese sind lediglich als Vorschläge zu verstehen, die eine Idee davon vermitteln sollen, was gefragt oder gesagt werden könnte. Die konkrete Ausgestaltung bleibt den Gruppenleitenden überlassen.

2. Manual zur Intervention

2.4.3 Allgemeine Hinweise zur Durchführung der Gruppensitzungen

Neben konkreten Tipps für den Umgang mit Schwierigkeiten in den einzelnen Sitzungen (siehe Abschnitt 3 der jeweiligen Sitzungen) werden hier ein paar allgemeine Tipps und Problemlösungen vorangestellt, die generell für alle Sitzungen nützlich sein können.

- Von Jugendlichen mitgebrachte Belastungen aus dem Alltag, wie Streit in der Wohngruppe oder eine schlechte Note, können gut im Blitzlicht zu Beginn jeder Sitzung besprochen werden, sollten dann aber nicht allzu viel Raum einnehmen.
- Verschiedene Inhalte der Intervention können die Teilnehmenden belasten. Bei Bedarf können die vorbereiteten Tools zur Stimmungsabfrage (siehe Anhang 7) eingesetzt werden, um die Belastungseinschätzung zu objektivieren. Bei starker Belastung kann eine*r der Gruppenleitenden mit den entsprechenden Teilnehmenden in einen anderen Raum gehen und mit diesen allein sprechen. Entspannungsübungen (siehe Anhang 7) oder das kognitive Dreieck (siehe Sitzung 2) können im Einzelsetting angewandt werden. Die Teilnehmenden können auch mit dem Gruppenleitenden gemeinsam überlegen, was ihnen bei hoher Belastung in der Vergangenheit geholfen hat (z. B. Musik oder Sport) und gemeinsam entsprechende Aktivitäten planen. Eine entsprechende Übergabe durch Jugendliche und Gruppenleitende an die Bezugsbetreuenden nach der Sitzung kann hilfreich sein.
- In den Diskussionen sollte darauf geachtet werden, dass alle Teilnehmenden gedanklich dabei bleiben und sich im Rahmen ihrer Möglichkeiten beteiligen. Sollten einzelne Teilnehmende nicht mehr mitdenken oder unruhig werden, sollten diese aktiv in das aktuelle Geschehen eingebunden werden (z. B. durch Nachfragen zum Thema oder zum Verständnis der Inhalte). Ebenso sollte darauf geachtet werden, dass einzelne Teilnehmende die Gesprächsrunden nicht zu stark dominieren, sodass alle Teilnehmenden, die möchten, etwas beitragen können.
- Aufgrund der umfangreichen Inhalte oder der regen Beteiligung und Diskussion der Jugendlichen ist es möglich, dass nicht alle für die jeweilige Sitzung vorgesehenen Inhalte umgesetzt werden können. Sollte dies der Fall sein, können fehlende Inhalte im Rahmen der Wiederholung in der nächsten Sitzung eingebracht werden. Alternativ können die Jugendlichen auch aktiv in die Zeitplanung einbezogen werden, sodass auch sie wissen, wie viel Zeit sie sich für welche Übung lassen können.
- Lassen Sie die Gruppe in Räumlichkeiten stattfinden, in denen sich die Jugendlichen nicht ständig aufhalten. Die räumliche Trennung zwischen Lebensraum und dem Raum zum Arbeiten kann helfen die Sitzungen vom Alltäglichen abgrenzen.
- In Sitzungen mit vielen einzelnen Themenblöcken können die Gruppenleitenden die Themen unter sich aufteilen. So können sich die Gruppenleitenden im Vorhinein vertiefender mit „ihren“ Themen auseinandersetzen. In der Stunde wechselt die Leitung dann je nach Thema ab.

2. Manual zur Intervention

- Stellen Sie gerne Getränke und Snacks für die Jugendlichen bereit. Dies hat einen positiven Effekt auf die Stimmung der einzelnen und somit positive Effekte für die Gruppe als Ganzes.
- Im Rahmen der Intervention kann es sinnvoll sein, dass die Gruppenleitenden eigene, unverfängliche Beispiele mit einbringen und damit mit gutem Beispiel vorangehen. Eigene Beispiele, z.B. zum Kognitiven Dreieck, können die Bereitschaft zur Mitarbeit bei den Jugendlichen fördern.

Sitzung 1: Rational

2.4.4 Sitzung 1: Meine Rechte

Fokus liegt auf: Gruppenbildung und Psychoedukation



Abbildung 11: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 1.

Rational der Sitzung

Die erste Sitzung der Intervention beginnt zunächst mit einer allgemeinen Gruppenbildungsphase. Nach dem Kennenlernen der Anwesenden anhand eines kleinen Spiels (für Vorschläge siehe Anhang 3) werden Ziele und Inhalte der Intervention kurz vorgestellt. Das soll für Transparenz sorgen, Berührungsängste abbauen und das Interesse der Teilnehmenden wecken. Außerdem soll dadurch die Teilnahmemotivation der Jugendlichen und deren Selbstverpflichtung zur Teilnahme (Commitment) gestärkt werden. Ein überaus wichtiger Punkt dieses Abschnittes ist die anschließende Erarbeitung von Gruppenregeln. Diese sollen den Teilnehmenden vermitteln, dass sie selbst entscheiden können, was und wie viel sie im Rahmen der Gruppensitzungen erzählen und ihnen ein hohes Maß an Sicherheit bezüglich der Vertraulichkeit des Gesagten sowie eine wertschätzende und konstruktive Arbeitsatmosphäre garantieren. Die bis hierher beschriebenen Inhalte der ersten Sitzung können auch auf ein Vorabtreffen verschoben werden (siehe Kapitel 2.3)

Der Schwerpunkt der ersten Sitzung liegt auf dem Aufbau von Wissen zu Rechten von Kindern und Jugendlichen, zu Gründen, Zielen und Abläufen von Fremdunterbringungen in Deutschland sowie zu Aspekten von Schutzkonzepten (z. B. Beschwerdemöglichkeiten) in der aktuellen Einrichtung. Einige Jugendliche haben das Thema Kinderrechte vielleicht schon in der Schule behandelt und wissen demnach schon einiges darüber. Ihr Vorwissen diesbezüglich einbringen zu können, stärkt ihr Selbstwertgefühl und trägt dazu bei, ihre Motivation aufrechtzuerhalten. Zudem wird bereits Gelerntes durch eine erneute Wiederholung gefestigt. Anschließend werden gemeinsam die im Workbook aufgelisteten Artikel der UN-Kinderrechtskonvention besprochen. Dabei sollten die Teilnehmenden angeleitet werden, einzelne Artikel in ihren eigenen Worten zu erklären. Dadurch wird zum einen ein hohes Maß an Interaktivität gewährleistet und zum anderen kann das Verständnis der Artikel überprüft werden.

Sitzung 1: Rational

Im nächsten Abschnitt geht es um die Gründe, Ziele und Abläufe von Fremdunterbringungen in Deutschland. Dieses Thema soll im Rahmen einer ausführlichen Gruppendiskussion behandelt werden. Ziel der Gruppendiskussion ist zum einen die Vermittlung von fundiertem Wissen über Fremdunterbringungen in Deutschland und zum anderen eine Normalisierung der Situation der Teilnehmenden. Die Teilnehmenden sollen erkennen, dass es viele fremduntergebrachte Kinder und Jugendliche in Deutschland gibt, die aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr zuhause leben können, und dass eine Fremdunterbringung das Ziel hat, den Betroffenen eine sichere Umgebung zu gewährleisten, in der sie sich unter Wahrung ihrer Rechte bestmöglich entfalten können.

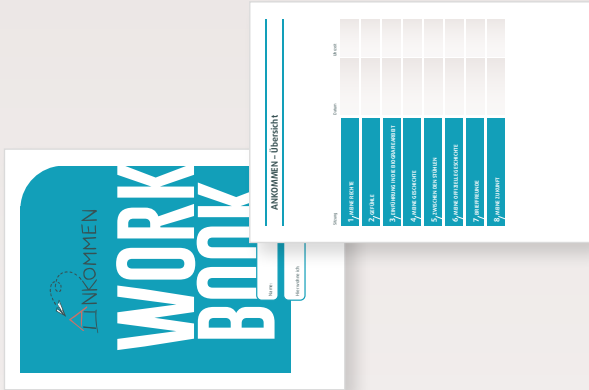
Im dritten Abschnitt der Psychoedukation wird mit den Teilnehmenden der reguläre Ablauf einer Fremdunterbringung in Deutschland erarbeitet. Den Jugendlichen soll vermittelt werden, dass eine Fremdunterbringung nach strengen Regeln abläuft und sie dabei bestimmte Rechte haben, die sie auch einfordern können. Das soll dazu beitragen Transparenz herzustellen und den Jugendlichen ein Gefühl von Kontrolle und Beeinflussbarkeit ihrer derzeitigen Situation zu vermitteln. Die Verwendung von gängigen Fachbegriffen soll dabei das selbstbestimmte Eintreten für die eigenen Interessen gegenüber Entscheidungstragenden ermöglichen (Empowerment). Gleichzeitig verstehen die Teilnehmenden besser, wie der Prozess ihrer eigenen Fremdunterbringung abgelaufen ist. Das Eintragen der individuellen Ansprechpersonen bei Problemen in das Ablaufschema soll ebenfalls zur Stärkung der Kontrollüberzeugung und Selbstwirksamkeit der Jugendlichen beitragen und zur Besprechung der weiteren Beschwerde- und Partizipationsmöglichkeiten in der aktuellen Einrichtung überleiten.

Die Inhalte der Psychoedukation sollten zunächst allgemein gehalten und nicht explizit auf die Teilnehmenden bezogen werden, damit diese sich nicht gedrängt fühlen, über ihre eigenen Erfahrungen zu sprechen. Die Teilnehmenden werden beim Besprechen der einzelnen Psychoedukationsteile eigenständig Parallelen zu ihrem Erleben ziehen und diese selbstständig ansprechen, wenn sie das möchten. Dies sollte dann von den Gruppenleitenden positiv verstärkt werden. Während der Psychoedukation ist es wichtig, den Teilnehmenden zu vermitteln, dass ihre derzeitige Situation und die damit verbundenen aversiven oder ambivalenten Gefühle verstanden und respektiert werden. Das fördert den Aufbau einer Vertrauensbasis zwischen den Gruppenleitenden und den Teilnehmenden sowie eine gute Arbeitsatmosphäre in der Gruppe.

Leitgedanken und Ziele der Sitzung

- Das Anregen von Gruppenbildungsprozessen in der ersten Sitzung ist eine wichtige Grundlage für eine positive Gruppendynamik in den Folgesitzungen.
- Die gemeinsame Festlegung von Gruppenregeln schafft sichere Rahmenbedingungen.
- Die Vermittlung von Wissen über Kinderrechte und Informationen zu Gründen und Abläufen von Fremdunterbringungen in Deutschland sowie die Vermittlung dazugehöriger Fachbegriffe trägt zum Empowerment der teilnehmenden Jugendlichen bei.

Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	- Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. - Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. - Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer Jede*r sagen kann, wie es ihr*ihm geht, Klangschaale, ...	
Kennenlernen	10 Min.	Gruppenbildung	- Vorstellung der Gruppenleitenden und Teilnehmenden - Kennenlernspiel (Auswahlmöglichkeit aus dem Spielepool in Anhang 3 oder eigene Ideen) - Gruppenleitende können auch mitspielen, das schafft Nähe und Gruppenzusammenhalt	
Kurze Vorstellung des Vorhabens, Festlegung des Abschlussritual	10 Min.	Klärung des organisatorischen Ablaufes der Intervention, Aufbau von Motivation und Commitment für die Teilnahme, Festlegung des Abschlussrituals	- Klärung organisatorischer Angelegenheiten (Räumlichkeiten, Sitzungs-terminen, zeitlicher Rahmen und standardisierter Ablauf der Sitzungen, Workbook). - Jede*r Teilnehmende füllt das Deckblatt und das Terminblatt („ANKOMMEN-Übersicht“) ihres*ihres Workbooks aus. Das Terminblatt kann von den Teilnehmenden zur Erinnerung an die Sitzungstermine mit nach Hause genommen werden. Die Teilnehmenden können aber auch mit ihrem Handy ein Foto von dem Terminblatt machen und dieses dann gemeinsam mit dem Deckblatt in ihr Workbook abheften. Bei Bedarf können sie dann im Anschluss an die Sitzung die Termine als Erinnerung in ihrem Handy speichern.	 The image shows the 'WORKBOOK' cover with the 'ANKOMMEN' logo. Next to it is the 'ANKOMMEN-Übersicht' sheet, which is a table for recording attendance and session dates. The table has columns for 'Name', 'Datum', and 'Sitzung'. The rows are numbered 1 to 10. The 'ANKOMMEN-Übersicht' sheet is partially filled out with names and dates.

Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Kurze Erläuterung des Vorhabens und kurzer Überblick über die Themen der einzelnen Sitzungen (die Teilnehmenden können auf dem Terminblatt die Sitzungen mitverfolgen). Formulierungsvorschlag: „Die acht gemeinsamen wöchentlichen Treffen, die wir ab heute haben werden, sollen euch dabei helfen, hier besser anzukommen und die Zeit hier gut für euch nutzen zu können. Dazu werden wir uns jede Woche mit einem anderen Thema beschäftigen, das für euch vielleicht interessant ist. Heute soll es beispielsweise um eure Rechte gehen und darum, wie es eigentlich dazu kommt, dass Kinder und Jugendliche nicht mehr zuhause leben können. Bei unserem nächsten Treffen werdet ihr mehr über Gefühle lernen und darüber, wie ihr eure Gefühle besser kontrollieren könnt. In unserem dritten Treffen soll es darum gehen, wie wichtig es ist, sich selbst gut zu kennen. Im vierten Treffen habt ihr dann die Möglichkeit, eure Geschichte zu erzählen. Im fünften Treffen geht es darum, wie schwierig es manchmal sein kann, wenn viele verschiedene Leute für einen verantwortlich sind. Bei unserem sechsten Treffen wollen wir trainieren, wie ihr selbstsicher auf Fragen zu eurem Leben in der Wohngruppe reagieren könnt. Im siebten Treffen wollen wir euch zeigen, dass ihr Expert*innen für den Umgang mit schwierigen Situationen seid. Im letzten Treffen wollen wir uns schließlich mit euren Wünschen und Zielen für die Zukunft beschäftigen und anschließend eine kleine Abschlussfeier veranstalten. Habt ihr noch Fragen zu dem was wir hier gemeinsam vorhaben?“ - Gemeinsame Festlegung des Abschlussrituals	

Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Gemeinsame Erarbeitung der Gruppenregeln	10 Min.	Geschützte Atmosphäre schaffen	• Einstiegsfrage: „<u>Welche Gruppenregeln sind euch wichtig?</u>“ • Von den Teilnehmenden genannte praktikable Regeln falls nötig um folgende wichtige Grundregeln ergänzen: – Freiwilligkeit des Erzählten – Verschwiegenheit bezüglich der Sitzungsinhalte und der Erzählungen der anderen Teilnehmenden – Wöchentliche Teilnahme, Pünktlichkeit – Keine Handy-Nutzung während der Gruppensitzungen – Akzeptanz aller Mitglieder – Respektvoller Umgang miteinander (keine Beleidigungen) – Grundlegende Gesprächs- und Diskussionsregeln: Ausreden lassen, keine Bewertung von Aussagen, ... • Die Gruppenleitenden sollten sich ebenfalls zu den Gruppenregeln bekennen, aber auch die Grenzen ihrer Verschwiegenheit, z. B. bei Hinweisen auf akute Suizidalität oder Fremdgefährdung, transparent machen. • Festhalten der Regeln auf einem Plakat/Flipchart – Verhaltensnahe positive Formulierung der Regeln, z. B.: „<i>Ich erzähle nichts von dem, was hier in der Gruppe gesagt wird, ohne Erlaubnis weiter.</i>“ – Die Regeln können von allen (auch von Gruppenleitenden) unterschrieben werden, das schafft Verbindlichkeit. – Die Regeln sollten bei jeder Gruppensitzung sichtbar im Raum hängen, damit gegebenenfalls auf sie verwiesen werden kann.	

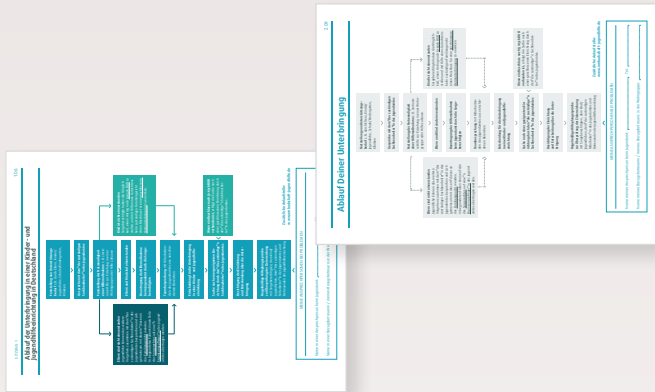
Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Psychoedukation	40 Min.	Rechte von Kindern und Jugendlichen kennenlernen; Gründe, Ziele und den Ablauf einer Fremdunterbringung verstehen	- Kinderrechte: - Beispiele für die Vorwissensabfrage: „Welche besonderen Rechte haben Kinder und Jugendliche?“, „Welche kennt ihr schon?“ - Gemeinsame Besprechung der abgebildeten Artikel nach Ausgabe der entsprechenden Workbook-Seiten (1.01–1.02). Die Teilnehmenden sollten angeleitet werden, einzelne Artikel in ihren eigenen Worten zu erklären. Auf Fragen zu jedem Artikel eingehen. - Die Jugendlichen sollten zu Beginn darauf hingewiesen werden, dass es sich bei den abgebildeten Artikeln lediglich um kurze Zusammenfassungen der Artikel handelt und dass sie die Originalartikel über den auf Seite 1.01 angegebenen Link sowie über den abgebildeten QR-Code abrufen können. Weiterhin befinden sich die zu besprechenden Originalartikel (zur Vorbereitung für die Gruppenleitenden oder zur Ausgabe an die Jugendlichen bei Bedarf) auch im Abschnitt „Zusatzmaterial“ des Workbooks (siehe Seite Z.01-Z.06). - Diskussion der Leitfragen: „Warum können Kinder und Jugendliche manchmal nicht mehr bei ihrer Familie leben?“ „Wo/bei wem können Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren in solchen Situationen leben?“ „Welche Ziele hat die Hilfe zur Erziehung in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung?“ „Wie lange lebt man in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung?“	 The image shows two pages from a workbook. The left page is titled 'Meine Rechte' and contains several articles with QR codes. The right page is titled 'Meine Rechte' and contains more articles, including one about 'Hilfen zur Erziehung'.

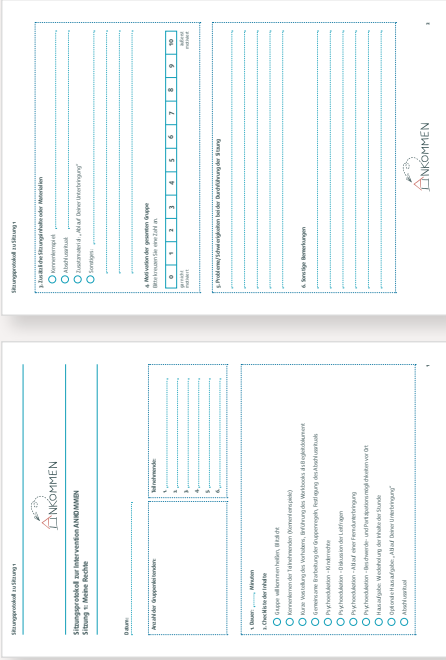
Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Antworten auf die Fragen finden die Gruppenleitenden auf den entsprechenden Workbook-Seiten (1.03–1.05), welche als Leitfaden für die Diskussion dienen. (Hinweis zu den Zahlen fremdunterbrachter Kinder und Jugendliche: Die Gesamtzahl bezieht sich auf alle Kinder, Jugendliche und junge Volljährige, die im Jahre 2021 in stationären Jugendhilfeeinrichtungen gelebt haben. Die Gründe beziehen sich auf alle bestehenden Hilfen nach § 34 SGB VIII am 31.12.2021.) - Wichtige (Fach-)Begriffe sind unterstrichen und im Sachwörterbuch (siehe Seite Z.07-Z.08 im Abschnitt „Zusatzmaterial“) kurz erläutert. - Es kann behutsam auf die persönlichen Gründe der Teilnehmenden für ihre Fremdunterbringung Bezug genommen werden („<i>Kennst du den Grund, warum Du nicht mehr bei Deinen Eltern lebst?</i>“). Dies sollte jedoch nicht forciert werden. Jede*r Teilnehmende kann freiwillig so viel von sich selbst erzählen, wie er*sie möchte. Auf Fragen und Unklarheiten sollte eingegangen werden. - Am Ende der Diskussion werden die Workbook-Seiten (1.03–1.05) mit den Leitfragen und Antworten der Teilnehmenden zum späteren Nachlesen zuhause ausgegeben.	

Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Erläuterung des regulären Ablaufs einer Fremdunterbringung in Deutschland: - Nach Ausgabe der entsprechenden Workbook-Seite (1.06) erläutern die Gruppenleitenden den Jugendlichen das abgebildete Schema (Hinweis: Das Schema bezieht sich auf reguläre Unterbringungen, nicht auf Inobhutnahmen). - Wichtige (Fach-)Begriffe sind unterstrichen und im Sachwörterbuch (siehe Seite Z.07-Z.08 Abschnitt „Zusatzmaterial“) kurz erläutert. Darauf sollten die Jugendlichen von den Gruppenleitenden hingewiesen werden. Das Sachwörterbuch wird den Jugendlichen im Anschluss an die Erläuterung des Schemas zum Nachlesen zuhause ausgegeben. - Sollte noch genügend Zeit zur Verfügung stehen, können die Jugendlichen auf einem entsprechenden Zusatzblatt (Seite Z.09, siehe Abschnitt „Zusatzmaterial“ im Workbook) den Ablauf ihrer Unterbringung nachzeichnen und somit ihren eigenen Unterbringungsprozess rekapitulieren. - Die Teilnehmenden füllen das Feld mit Ansprechpersonen bei Problemen unten im Ablaufschema aus. - Die Gruppenleitenden sollten sicherstellen, dass alle Teilnehmenden die Inhalte der Psychoedukation verstanden haben. - Thematisierung von Beschwerde- und Partizipationsmöglichkeiten vor Ort: „Welche Ansprechpersonen und Beschwerdemöglichkeiten bei Problemen gibt es sonst noch hier?“, „Welche Möglichkeiten habt ihr, um den Alltag hier mitzugestalten/euch einzubringen?“. Die Teilnehmenden werden gebeten, von ihren Erfahrungen zu berichten. Die Gruppenleitenden sollten bestehende Wissenslücken aufgreifen und schließen. Dazu können auch Zusatzmaterialien, z. B. standardmäßige Infos der Einrichtungen, ausgeteilt werden.	

Sitzung 1: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Hausaufgabe		Wiederholung der Inhalte der Stunde	Aufgabe, die ausgegebenen Informationstexte (1.03–1.06, Z.07-Z.08) zuhause zu lesen und aufkommende Fragen in der nächsten Sitzung zu stellen. Zusätzlich kann das Ausfüllen des Schemas der eigenen Unterbringung (Z.09) den Teilnehmenden als weitere Aufgabe für zuhause gegeben werden, sofern dies in der Sitzung nicht gemeinsam gemacht wurde. Die ausgegebenen Workbook-Seiten sollen zur nächsten Sitzung wieder mitgebracht werden, damit sie im Workbook abgeheftet werden können.	
Abschlussritual	10 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss	Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch, welches zu Beginn der Sitzung festgelegt wurde.	
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung		

Sitzung 1: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Die Gruppenleitenden sollten zu Beginn etwas Geduld haben und den Teilnehmenden etwas Zeit geben, mit dem Setting, mit den Gruppenleitenden und den anderen Teilnehmenden „warm zu werden“.
- Die Vertraulichkeit des Gesagten ist für die Teilnehmenden eine wichtige Grundvoraussetzung, um sich zu öffnen und auch persönliche Informationen mit den anderen zu teilen. Bei der Vereinbarung der Gruppenregeln sollte die Vertraulichkeit deshalb besonders betont werden. Bei Bedarf kann die Vertraulichkeit auch in einer Art Vertrag festgehalten werden. Die Gruppenleitenden sollten sich ebenso zur Vertraulichkeit verpflichten wie die Teilnehmenden, aber auch die Grenzen ihrer Schweigepflicht (z. B. akut suizidale Äußerungen, Gefährdung anderer) transparent machen. Die Jugendlichen können Grenzen der Vertraulichkeit akzeptieren, wenn sie wissen, worauf sie sich einlassen. Wenn die Gruppenleitenden die Schweigepflicht brechen müssen, sollte dies mit den betroffenen Teilnehmenden vorab besprochen werden.
- Bei der Besprechung der Kinderrechte kann es sinnvoll sein, den Fokus auf 4–5 Rechte zu legen. So können diese ausführlich diskutiert werden, ohne im weiteren Sitzungsverlauf unter Zeitdruck zu geraten. Die Auswahl der Rechte kann gemeinsam mit den Jugendlichen vorgenommen werden.
- Bei dem Ablaufschema zu Fremdunterbringungen in Deutschland (Workbook Seite 1.06) kann es zu Verständnisschwierigkeiten kommen. Deshalb ist es wichtig, das Schema langsam Schritt für Schritt durchzugehen und auf Verständnisprobleme einzugehen. Gerne kann das Schema auch unabhängig von der abgedruckten Grafik gemeinsam mit den Teilnehmenden an einem Poster/Flipchart oder Ähnlichem erarbeitet werden. Sollten sich die Verständnisschwierigkeiten nicht ohne Weiteres ausräumen lassen, können die Teilnehmenden auch die Aufgabe erhalten, das Ablaufschema nochmals mit ihren Betreuenden in der Wohngruppe durchzusprechen.
- Den Teilnehmenden werden lediglich die für die Hausaufgabe relevanten Workbook-Seiten (1.03–1.06, Z.07–Z.08, gegebenenfalls Z.09) mit nach Hause gegeben. Alle anderen in der Sitzung bearbeiteten Seiten werden in die Workbooks eingeklebt und verbleiben bei den Gruppenleitenden. Dies gilt für alle Sitzungen, in denen die Teilnehmenden Hausaufgabenblätter mit nach Hause bekommen!
- Sollten Teilnehmende Bedenken äußern, dass die Gruppenleitenden oder andere Betreuende zwischen den Sitzungen in den Workbooks lesen, sollte auf die Befürchtungen eingegangen werden und den Teilnehmenden der Aufbewahrungsort der Workbooks gezeigt werden. Idealerweise sollten die Workbooks in einem abschließbaren Schrank gelagert werden, zu dem nur die Gruppenleitenden Zugang haben.
- Vorschläge für Abschlussrituale: gemeinsam ein Lied hören (z. B. nacheinander die Lieblingslieder der Gruppe); Workbooks gemeinsam wegschließen und somit auch das Thema abschließen; gemeinsam ein Bild malen; Feedbackrunde; jemandem ein Kompliment mit auf den Weg geben; Verabschiedung in verschiedenen Sprachen; Smiley-Karten; „Herz, Stein, Glühbirne“: Die Jugendlichen suchen sich ein Symbol aus und reflektieren damit die vergangene Stunde.

Sitzung 2: Rational

2.4.5 Sitzung 2: Gefühle

Fokus liegt auf: Emotionsregulation



Abbildung 12: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 2.

Rational der Sitzung

Das Ziel der zweiten Sitzung ist es, den Teilnehmenden grundlegendes Wissen über Emotionen und eine wirksame Methode zur Emotionsregulation zu vermitteln. Viele Kinder und Jugendliche, aber auch Erwachsene haben Schwierigkeiten, ihre Gefühle zu unterscheiden, zu benennen und zu regulieren. Die Unkenntnis alternativer Emotionsregulationsstrategien führt häufig dazu, dass Betroffene für sich selbst oder für ihre Umwelt ungünstige oder schädliche Strategien (z. B. Substanzmissbrauch, aggressives oder selbstverletzendes Verhalten) zur Vermeidung oder Bewältigung unerwünschter Emotionen einsetzen. Deshalb ist es kaum verwunderlich, dass Defizite im Erkennen und in der Regulation der eigenen Emotionen eng mit der Entstehung und Aufrechterhaltung psychischer Erkrankungen in Zusammenhang stehen. Besonders in der ohnehin stark belasteten Gruppe fremduntergebrachter Kinder und Jugendlicher kann der Erwerb von Kompetenzen zur Emotionserkennung und -regulation somit ein wichtiger Schutzfaktor sein und zu deren positiven Entwicklung beitragen.

Der erste Schritt zur aktiven Beeinflussung der eigenen Emotionen ist es, diese bei sich und bei anderen erkennen und bewusst wahrnehmen zu können. Zu diesem Zweck wird in der zweiten Interventionssitzung nach einer kurzen psychoedukativen Einleitung darüber, was Emotionen sind und welche Funktionen sie haben, der erste Schwerpunkt auf das Erkennen von Gefühlen gelegt. Den Teilnehmenden werden spielerisch (z. B. anhand von in der Alltagskommunikation häufig verwendeten Smileys) die Vielfalt von Emotionen und deren Merkmale im Ausdruck (durch das Spiel „Gefühle ohne Worte“) nähergebracht. Anschließend sollen die Teilnehmenden in sich hineinspüren (Workbook-Seite „Gefühle im Körper“) und dadurch die bewusste Wahrnehmung und Differenzierung von Gefühlen bei sich selbst trainieren.

Sitzung 2: Rational

Im zweiten Teil der Sitzung geht es um das Erlernen einer in der kognitiven Verhaltenstherapie häufig angewandten und bewährten Methode zur Regulation von Emotionen. Die Jugendlichen werden schrittweise an die Methode des *Kognitiven Dreiecks* (siehe Abbildung 13) herangeführt. Zunächst lernen die Teilnehmenden die Unterscheidung von Gedanken, Gefühlen und Verhalten („Denken – Fühlen – Handeln-Quiz“). Anschließend wird den Jugendlichen das Modell des Kognitiven Dreiecks an einem verhaltensnahen Beispiel erläutert. Das Kognitive Dreieck wird verwendet, um den Teilnehmenden deutlich zu machen, dass Gedanken, Gefühle und Verhalten sich gegenseitig beeinflussen: Unsere persönlichen Erfahrungen führen dazu, dass in bestimmten Situationen bestimmte Gedanken bei uns entstehen. Auf diese Gedanken reagieren wir dann mit bestimmten Gefühlen. Das dynamische Zusammenspiel von Gedanken und Gefühlen in der jeweiligen Situation motiviert uns schließlich zu einem bestimmten Verhalten. (Beispiel: Eine neue Kollegin spricht kaum mit Ihnen. Wenn Sie spontan auf die Kollegin zugehen, schaut sie weg. Sie denken deshalb: „Die neue Kollegin mag mich nicht“. Bei Ihnen stellt sich ein Gefühl von Traurigkeit oder Ärger ein. Sie gehen der neuen Kollegin fortan aus dem Weg.) Das Kognitive Dreieck zeigt hierbei die Möglichkeit auf, dass in einer bestimmten Situation durch das bewusste Denken alternativer Gedanken wirksam Einfluss auf die entstehenden Gefühle und das Verhalten genommen werden kann. (Sie könnten beispielsweise alternativ denken: „Die neue Kollegin ist schüchtern“. Sie würden dann eventuell Verständnis für ihr Verhalten haben und in der Folge vermutlich wohlwollender auf sie zugehen.) Eine zielgerichtete Veränderung des eigenen Verhaltens kann im Kognitiven Dreieck ebenfalls der Ausgangspunkt für eine Veränderung von Gefühlen und Gedanken sein. Beispielsweise kann die Teilnahme an einer Gruppenaktivität entgegen der sonstigen Gewohnheiten zu positiven Gefühlen und darüber vermittelt zu positiven Gedanken führen. Anhand des Kognitiven Dreiecks sollen die Teilnehmenden lernen, dass sie in emotional belastenden Situationen selbst dafür sorgen können, dass sie sich besser fühlen. Das vermittelt ihnen ein Gefühl von Kontrolle und stärkt ihre Selbstwirksamkeit.

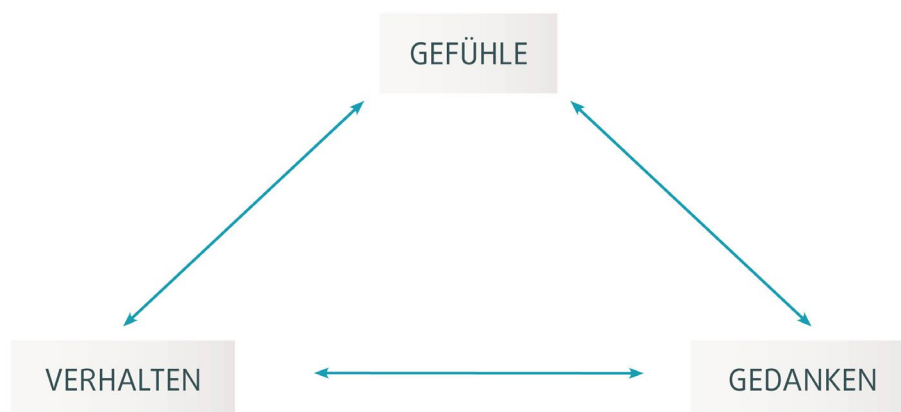


Abbildung 13: Kognitives Dreieck.

Sitzung 2: Rational

Anhand der Analyse einer Fallvignette („Hannahs erster Schultag“) sollen die Teilnehmenden im Anschluss an die Erläuterung des Modells selbst erste Erfahrungen mit der Anwendung des Kognitiven Dreiecks sammeln. Durch den Austausch über die Fallvignette in der Gruppe haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, unterschiedliche Interpretationen der gleichen Situation sowie unterschiedliche alternative Gedanken und sich daraus ergebende alternative Szenarien kennenzulernen. Sie können dadurch leichter verstehen, wie vielfältig Gedanken und Gefühle in der gleichen Situation sein können und zu welchen unterschiedlichen Verhaltensweisen das führen kann. Diesen Variantenreichtum zu erkennen ist wichtig, da oft mehrere Anläufe notwendig sind, um Gedanken zu finden, mit denen man sich in bestimmten Situationen besser fühlt. Mit Hilfe der abschließenden Hausaufgabe zum Kognitiven Dreieck sollen die Jugendlichen die gelernten Zusammenhänge festigen und deren praktischen Nutzen im Alltag erkennen. Das Kognitive Dreieck ist dabei nicht nur eine wirksame Methode zur Emotionsregulation, es stellt mit seinen drei Komponenten (Gedanken, Gefühlen und Verhalten) auch ein anschauliches und leicht anwendbares Modell zur differenzierten Analyse schwieriger Situationen dar. Unrealistische, ungenaue oder nicht hilfreiche Gedanken können mit Hilfe des Kognitiven Dreiecks identifiziert und anschließend mit dem Ziel, eine Entlastung der Betroffenen zu erreichen, hinterfragt werden. Aus diesem Grund spielt das Kognitive Dreieck auch in den folgenden Sitzungen immer wieder eine wichtige Rolle.

Leitgedanken und Ziele der Sitzung

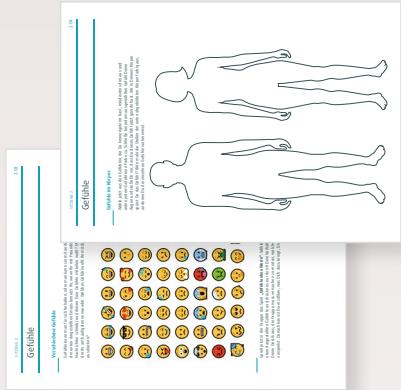
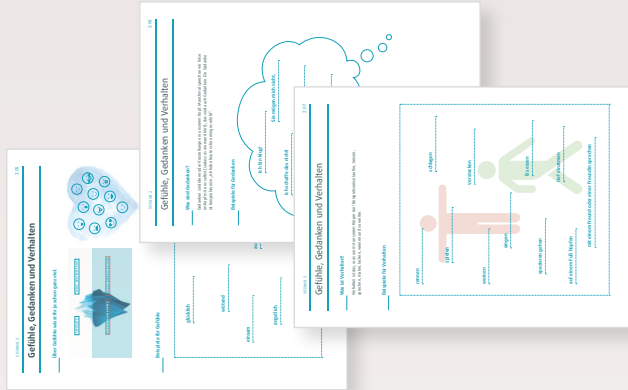
- Gefühle sind vielfältig.
- Es besteht ein Zusammenhang zwischen Gedanken, Gefühlen und Verhalten.
- Mit etwas Übung kann es uns gelingen, unserer Gefühle bewusst zu beeinflussen.
- Wir sind unangenehmen Gefühlen nicht hilflos ausgeliefert.

Sitzung 2: Praktische Durchführung

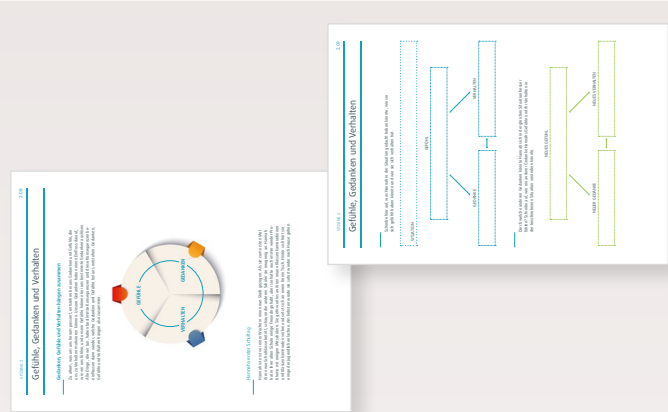
Benötigtes Zusatzmaterial: Drei Farbstifte in unterschiedlichen Farben für jeden Teilnehmenden

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	• Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. • Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. • Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr* ihm geht, Klangschale, ...	
Hausaufgabe und Wiederholung	10 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt	• Fragen zu den Texten der letzten Sitzung (1.03–1.06, ggf. Z.09) werden besprochen. Anschließend werden die Seiten abgeheftet. • Sollten keine Fragen mehr offen sein, kann die Zeit genutzt werden, um gemeinsam die Inhalte der letzten Sitzung (Kinderrechte, Gründe, Ziele, Dauer und Ablauf einer Fremdunterbringung) zu wiederholen und zusammenzufassen („Was ist euch denn von letzter Woche im Gedächtnis geblieben?“).	
Psychoedukation zu Gefühlen	30 Min.	Wissensaufbau über Funktion und Differenzierung von Emotionen	• Einleitende Gruppendiskussion zum Thema Gefühle anhand der folgenden Leitfragen: - „Was sind Gefühle?“ - „Woran kann man Gefühle bei anderen Menschen erkennen?“ - „Wozu sind Gefühle gut?“ - Antworten auf die Fragen finden die Gruppenleitenden auf den entsprechenden Workbook-Seiten (2.01–2.02), welche als Leitfaden für die Diskussion dienen. - Gegebenenfalls können Inhalte der Diskussion auf einem Flipchart gesammelt und visualisiert werden. - Ausgabe der entsprechenden Workbook-Seiten im Anschluss an die Diskussion.	

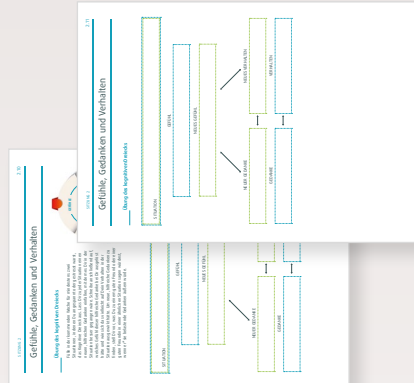
Sitzung 2: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Differenzierung von Emotionen: - Gemeinsame Bearbeitung der Workbook-Seite „Verschiedene Gefühle“ (2.03) anhand der Instruktion auf dem Arbeitsblatt. - Gemeinsame Bearbeitung der Workbook-Seite „Gefühle im Körper“ (2.04) anhand der Instruktionen auf dem Arbeitsblatt. Zur Bearbeitung werden für alle Teilnehmenden drei Farbstifte in unterschiedlichen Farben benötigt. - Anschließende Diskussion der Empfindungsorte der markierten Gefühle in der Gruppe.	
Kognitives Dreieck	35 Min.	Sichere Unterscheidung von Gedanken, Gefühlen und Verhalten von Erlernen von Fertigkeiten zur Emotionsregulation	- Gemeinsame Diskussion der Leitfragen: „Über Gefühle wisst ihr ja jetzt schon sehr viel. Was sind denn eigentlich Gedanken? Wie kann man Gedanken von Gefühlen unterscheiden?“ „Was ist Verhalten?“ - Kurze Antworten auf diese Fragen als Orientierung für die Gruppenleitenden finden sich auf den Workbook-Seiten 2.06–2.07. - Durchführung des „Denken – Fühlen – Handeln-Quiz“ (siehe Anhang 5) in mündlicher Form. Diskussionen über die Zuordnung von schwierigen Items, z. B. „mutig“, zur Förderung einer differenzierten Auseinandersetzung sind erwünscht und sollten mit verhaltensnahen Beispielen für alle verständlich aufgelöst werden. - Anschließend werden die Workbook-Seiten zu Gefühlen, Gedanken und Verhalten (2.05–2.07) ausgegeben, auf denen die Lösungen des Quiz bereits eingetragen sind.	

Sitzung 2: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			• Zusammenhang von Gefühlen, Gedanken und Verhalten (Kognitives Dreieck): - Visualisierung und Erläuterung des Kognitiven Dreiecks am Flipchart. Inhaltliche Grundlage bilden der erklärende Text auf der Workbook-Seite 2.08 sowie das Rational der zweiten Sitzung. Zur Veranschaulichung der Dreiecksbeziehung kann die Darstellungsform der Workbook-Seiten 2.09 oder 2.10 gewählt werden. Die Erläuterung sollte möglichst verhaltensnah an einem eigenen Beispiel oder an einem von der Gruppe gewählten Beispiel einer (stressigen) Situation erfolgen. - Anschließend Ausgabe der Workbook-Seite 2.08 sowie der nachfolgenden Übungsseite (2.09) zur Bearbeitung der Fallvignette „Hannahs erster Schultag“. Vorschlag für die Instruktion: „Jetzt wollen wir gemeinsam üben, die Zusammenhänge von Gedanken, Gefühlen und Verhalten im Alltag sicher zu erkennen. Dazu sollt ihr zunächst die hier abgebildete kurze Geschichte von Hannahs erstem Schultag lesen. Anschließend sollt ihr auf der nächsten Seite kurz die Situation beschreiben und euch überlegen, was Hannah gedacht haben könnte, wie sie sich fühlt haben könnte und wie sie sich verhalten hat. Danach werden wir uns kurz darüber austauschen.“ - Nach Abschluss der Diskussion folgt die Bearbeitung der zweiten Teilaufgabe („Jetzt überlegt euch einen angenehmeren Gedanken, den Hannah gehabt haben könnte. Wie hätte dieser Gedanke vielleicht ihre Gefühle und ihr Verhalten in der Situation beeinflusst? Anschließend werden wir uns darüber ebenfalls kurz austauschen.“)	

Sitzung 2: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Alle Teilnehmenden sollten die Möglichkeit haben, ein alternatives Szenario einzubringen. Anhand der Diskussion verschiedener Szenarien sollen die Jugendlichen erkennen, dass sie ihre Gedanken zielgerichtet einsetzen können, um ihre Gefühle und ihr Verhalten zu beeinflussen. Eine zielgerichtete Veränderung des Verhaltens kann ebenso der Ausgangspunkt für eine anschließende Veränderung von Gefühlen und Gedanken sein (z. B. die Teilnahme an einer Gruppenaktivität entgegen der sonstigen Gewohnheiten kann zu positiven Gefühlen und darüber vermittelt zu positiven Gedanken führen). Dieser Weg der aktiven Gefühlsänderung sollte von den Gruppenleitenden ebenfalls an einem Beispiel thematisiert werden, sofern keine*r der Teilnehmenden diesen Weg selbst vorschlägt. - Am Ende dieses Teils sollten die Teilnehmenden Gedanken, Gefühle und Verhalten sicher unterscheiden können und den Nutzen des Kognitiven Dreiecks („Ich kann meine Gefühle aktiv beeinflussen!“) verstanden haben.	
Hausaufgabe		Wiederholung der Inhalte der Stunde	- Ausgabe der Workbook-Seiten 2.10–2.12 und Erläuterung der Hausaufgabe: <i>„Eure Aufgabe bis zur nächsten Woche ist nun das Erkennen der Zusammenhänge von Gedanken, Gefühlen und Verhalten bei euch selbst zu üben. Dazu sollt ihr mindestens 2 Situationen, in denen ihr angespannt oder gestresst wart, genauso betrachten, wie wir das gerade eben gemacht haben. Eine genaue Anleitung findet ihr auch nochmal oben auf dem Blatt.“</i> - Weitere Aufgabe: Die Teilnehmenden sollen ein Foto von sich selbst machen (für den Steckbrief in Sitzung 3) und dieses in der nächsten Sitzung im Passbildformat ausgedruckt mitbringen. Alternativ können die Teilnehmenden auch ein anderes für sie stehendes Symbolbild mitbringen oder ein persönliches Wappen entwerfen.	

Sitzung 2: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Abschlussritual	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss	Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung	Sitzungsprotokoll - Sitzung 2 Wann findet die Sitzung statt? (Datum, Uhrzeit, Ort) Welche Themen werden behandelt? Welche Aktivitäten werden durchgeführt? Welche Ergebnisse werden erzielt? Welche Aufgaben werden für die nächste Sitzung vergeben? Sitzungsprotokoll - Sitzung 2 Wann findet die Sitzung statt? (Datum, Uhrzeit, Ort) Welche Themen werden behandelt? Welche Aktivitäten werden durchgeführt? Welche Ergebnisse werden erzielt? Welche Aufgaben werden für die nächste Sitzung vergeben?	

Sitzung 2: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Es ist möglich, dass die Teilnehmenden vergessen, die als Hausaufgabe zum Lesen mitgegebenen Workbook-Seiten (1.03–1.06, Z.07–Z.08, gegebenenfalls Z.09) zur zweiten Sitzung wieder mitzubringen oder sie gänzlich verloren haben. Deshalb ist es ratsam, einige Kopien der entsprechenden Seiten dabei zu haben, damit die Teilnehmenden die Seiten trotzdem in ihr Workbook einheften können.
- In dieser Sitzung werden viele Materialien verwendet. Um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten, hilft es, sich vorab mit den Materialien vertraut zu machen und die Seiten gut vorzusortieren.
- Sollten die Gruppenleitenden bemerken, dass die Jugendlichen mehr Zeit bei einem Thema benötigen, kann die Sitzung auch in zwei Termine aufgeteilt werden. Im ersten Termin können dann die Inhalte von Sitzung 1 wiederholt und die psychoedukativen Elemente der Sitzung 2 zu Emotionen vermittelt werden. Das Kognitive Dreieck kann anschließend in einem zweiten Termin behandelt werden. So können die anspruchsvolleren Inhalte ausführlicher behandelt werden.
- Die Übung „Color Your Body“ kann alternativ mit bunten Klebezetteln interaktiv an einem Flipchart bearbeitet werden. So können die Teilnehmenden sich direkt über die jeweiligen Farben und Lokationen im Körper austauschen. Ebenfalls kann mehr Interaktivität dadurch erreicht werden, dass die Teilnehmenden die entsprechende Körperregion zu einer Emotion am eigenen Körper zeigen. Bei beiden Varianten sollte darauf geachtet werden, dass die Teilnehmenden am Ende eine Dokumentation für ihr Workbook haben.
- Sollte es zu Zeitproblemen kommen, kann die Workbook-Seite „Color Your Body“ weggelassen werden.
- Bei der Unterscheidung von Gefühlen und Verhalten im „Denken – Fühlen – Handeln-Quiz“ kann es bei einigen Beispielen, z. B. bei mutig oder weinen, zu Verständnisschwierigkeiten kommen. Kurze Diskussionen über Schwierigkeiten bei der Zuordnung können zum besseren Verständnis der Unterschiede beitragen, sollten aber nicht zu viel Raum einnehmen. Mit Hilfe eines kurzen Merksatzes (z. B.: „Alles, wovor man ‚ich bin‘ setzen kann, ist ein Gefühl.“) kann das Problem dann aufgelöst werden. Generell sollten falsche Zuordnungen nicht zu streng verbessert werden, um die Teilnehmenden nicht zu demotivieren. Die richtige Lösung kann als Alternative angeboten werden und somit zum Umdenken bei den Teilnehmenden führen.
- Das „Denken – Fühlen – Handeln-Quiz“ kann auch dazu genutzt werden, die Jugendlichen in Bewegung zu bringen, indem beispielsweise entsprechende Kärtchen im Raum aufgehängt oder auf dem Boden verteilt werden. Die Jugendlichen sollen sich dann bei jeder Aussage in die entsprechende Ecke begeben.
- Bei der Vermittlung des Kognitiven Dreiecks durch die Gruppenleitenden sollte sehr verhaltensnah mit vielen Beispielen gearbeitet werden. Die Teilnehmenden sollten dabei von Beginn an miteinbezogen werden, z. B. durch die gemeinsame Suche nach Gedanken, Gefühlen und Verhalten im Rahmen des gewählten Beispiels. In der Vorbereitung der Sitzung können die beiden

Sitzung 2: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

Gruppenleitenden sich das Modell zu Übungszwecken gegenseitig erklären. Mit der dadurch gewonnenen Souveränität kann dann in der Gruppensitzung besser auf die Bedürfnisse und Eingaben der Teilnehmenden eingegangen werden.

- Sollten die Teilnehmenden wenige Ideen für alternative hilfreiche Gedanken haben, können die Gruppenleitenden die Suche durch Analogien („*Schalte mal durch deine Gedanken wie durch das Fernsehprogramm/durch YouTube und schau mal, wie sich die Szene verändert, wenn du auf einen anderen Kanal umschaltest.*“) oder durch Abstrahierung („*Was würdest du denn einer Freundin sagen, die so einen negativen Gedanken hat und sich deshalb schlecht fühlt?*“) unterstützen. Ebenso kann es helfen gemeinsam mit den Jugendlichen zu prüfen, ob der initiale negative Gedanke 1.) richtig/realistisch und 2.) hilfreich ist. Bei der Beantwortung mindestens einer der beiden Fragen mit „nein“ wird den Teilnehmenden schnell klar, dass sie einen alternativen Gedanken finden müssen, welcher realistischer und/oder hilfreicher ist. Gerne können die Gruppenleitenden hier auch verschiedene alternative Beispielgedanken nennen, aus denen die Teilnehmenden sich dann einen aussuchen können. Die anderen Teilnehmenden können ebenfalls immer nach Ideen gefragt werden. Häufig geben Kinder und Jugendliche an, dass es mehr Sinn ergibt, das Verhalten zu ändern und nicht die Gedanken. Das kann oftmals auch richtig sein. Es kann dann für verschiedene Situationen gemeinsam überlegt werden, wie das Verhalten und die Gedanken verändert werden können und wie sich das auf die jeweils anderen Modellkomponenten auswirkt.
- Manche Jugendlichen haben Schwierigkeiten, für sich einen alternativen Gedanken über eine Situation anzunehmen (z. B. „Ich weiß doch, dass die mich auslachen.“). Hier sollte nicht allzu viel Zeit darauf verwendet werden, dagegen zu argumentieren, sondern darauf, dass es grundsätzlich die Möglichkeit gäbe, anders über die Situation zu denken, und dies entsprechend auch zu anderen Gefühlen führen könnte.
- Um die Dreiteilung des Kognitiven Dreiecks zu verbildlichen, können drei Stühle im Raum verteilt werden, die Handlung, Gedanken und Gefühle verdeutlichen. Nun rutscht ein Jugendlicher von Stuhl zu Stuhl, je nachdem welche Ebene gerade betrachtet wird. Es ist auch möglich, das Kognitive Dreieck in Form von Rollenspielen zu veranschaulichen, bei denen in einzelnen Szenen das Spiel gestoppt wird und potentielle Gedanken und Gefühle der Darstellenden sowie das gesehene Verhalten gemeinsam analysiert werden.
- Sollte das Kognitive Dreieck nicht ausreichend vermittelt worden sein, sollte die Wiederholung der 3. Sitzung genutzt werden, um das Modell ausführlich zu wiederholen. In der dritten Sitzung besteht genügend zeitlicher Spielraum für eine verlängerte Wiederholung.

Sitzung 3: Rational

2.4.6 Sitzung 3: Einführung in die Biografiearbeit

Fokus liegt auf: Verstärkter Herstellung biografischer Bezüge



Abbildung 14: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 3.

Rational der Sitzung

Mit der dritten Sitzung beginnt die Phase der expliziten biografischen Arbeit. Zunächst sollen die Teilnehmenden durch eine Gruppendiskussion für den Nutzen der Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie sensibilisiert werden. Es soll Interesse für die biografische Arbeit geweckt und die notwendige Motivation aufgebaut werden, um sich im weiteren Verlauf auch mit unangenehmen Aspekten der eigenen Geschichte auseinanderzusetzen.

Die Überleitung hin zur eigenen Biografie erfolgt niederschwellig mit Hilfe eines Steckbriefes. Die Jugendlichen kennen sich zu diesem Zeitpunkt schon ein wenig, auch wenn sie aus verschiedenen Wohngruppen kommen und einander vorher unbekannt waren, und sind deshalb vermutlich auch eher bereit sensible Informationen (z. B. wer die wichtigsten Personen in ihrem Leben sind, was sie an sich mögen, was sie traurig macht, welche Wünsche sie haben) preiszugeben. Die Teilnehmenden können sich deshalb mit Hilfe des Steckbriefes noch besser kennenlernen und gleichzeitig die Erfahrung machen, dass sie persönliche Dinge in der Gruppe berichten können, ohne mit negativen Konsequenzen rechnen zu müssen. Das fördert die Vertrauensbildung und das Gruppenzusammengehörigkeitsgefühl und ebnet den Weg für die gemeinsame Auseinandersetzung mit emotional stärker belastenden Themen im weiteren Verlauf der Intervention. Bei Gruppen, die sich bereits gut kennen, bietet sich der Steckbrief auch zur Stärkung des Selbstwertes der Teilnehmenden an: Punkte wie „das ist typisch für mich“ oder „das mache ich gar nicht gerne“ können, wenn sie in der Gruppe diskutiert werden, mitunter zu einer heiteren Atmosphäre beitragen und positive Eigenschaften der betreffenden Person offenlegen, dienen aber in jedem Fall der Auseinandersetzung mit der eigenen Fremd- und Selbstwahrnehmung und tragen somit zur Identitätsbildung bei. Der

Sitzung 3: Rational

Punkt „das mag ich an mir“ kann zur Steigerung des Selbstwertes der Teilnehmenden eingesetzt werden, indem die anderen Gruppenmitglieder explizit dazu befragt werden, was sie an einem Teilnehmenden besonders mögen oder schätzen.

Im nächsten Schritt wird der Fokus auf die Fremdunterbringung der Teilnehmenden gelegt. Die Aufgabe, in eine Karte chronologisch ihre bisherigen Wohnorte einzuzeichnen, gibt den Rahmen der biografischen Arbeit vor und hilft den Teilnehmenden dabei, ihre Erinnerungen zu strukturieren. In der anschließenden Gruppendiskussion wird dann die differenzierte Auseinandersetzung der Teilnehmenden mit ihren Erlebnissen (Gründe für den Umzug, Gedanken, Gefühle, Verhalten, positive und negative Folgen der Wohnortwechsel) gefördert. Sie können dadurch die positive Erfahrung machen, dass sie in einem geschützten Rahmen offen über ihre Erlebnisse sprechen können. Zudem lernen die Teilnehmenden viel über die individuelle Geschichte der anderen Gruppenmitglieder. Die damit einhergehende Erfahrung mit den eigenen Gedanken, Gefühlen und Erlebnissen nicht allein zu sein, trägt zur Normalisierung der aktuellen Situation bei, stärkt das Gruppenzusammengehörigkeitsgefühl und entlastet die Teilnehmenden. Darüber hinaus können die Jugendlichen am Modell der anderen Teilnehmenden nützliche Strategien für den Umgang mit schwierigen Situationen lernen und eventuell sogar Erklärungen für deren aktuelles Verhalten ableiten, was zu einer Verbesserung der Beziehung der Teilnehmenden beitragen kann. Die Gruppendiskussion sollte von einer wertschätzenden Grundhaltung geprägt sein. Negative Gedanken und Gefühle bezüglich der Erlebnisse sollten akzeptiert werden. Die Leistungen der Jugendlichen bei der Überwindung von Schwierigkeiten im Zusammenhang mit den Wohnortwechseln sollten ausgiebig gelobt und gewürdigt werden. Vor Beginn der Gruppendiskussion ist es sinnvoll, nochmals explizit auf die zu Beginn der Intervention vereinbarten Gruppenregeln zu verweisen und die darin enthaltene Vertraulichkeitsvereinbarung hervorzuheben.

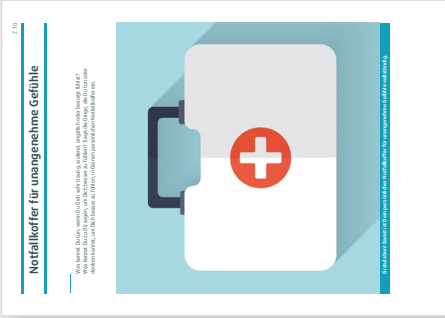
In der Hausaufgabe (etwas fotografieren oder malen, das einen glücklich macht) werden die Jugendlichen schließlich angeleitet, sich auf kreative Art und Weise eine Ressource für zukünftige schwierige Situationen zu schaffen.

Leitgedanken und Ziele der Sitzung

- Die Auseinandersetzung mit der eigenen Biografie kann zu einem besseren Selbstverständnis und zum besseren Umgang mit aktuellen und zukünftigen Herausforderungen beitragen.
- Aspekte der eigenen Geschichte mit anderen zu teilen kann eine gute Erfahrung sein.
- Auf dem Weg bis hierher wurden schon viele Herausforderungen erfolgreich gemeistert.

Sitzung 3: Praktische Durchführung

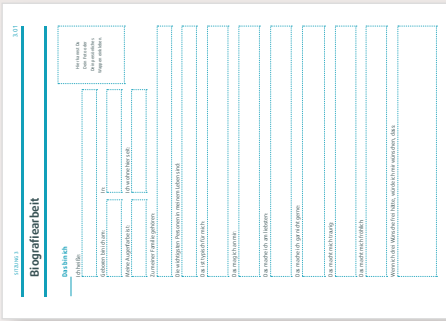
Benötigtes Zusatzmaterial: Klebestift zum Einkleben von Fotos, ausgedruckte Landkarten zur Eintragung der bisherigen Wohnorte der Teilnehmenden

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	• Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. • Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. • Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr* ihm geht, Klangschale, ...	
Hausaufgabe und Wiederholung	20 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt	• Besprechung der Hausaufgabe zum Kognitiven Dreieck. Wer möchte, darf die eigene Situation vorstellen. Sollte keine*r der Teilnehmenden die Hausaufgabe erledigt haben oder ein eigenes Beispiel vorstellen wollen, kann eine spontan vorgeschlagene Situation gemeinsam analysiert werden. • Optional bei genügend Zeit: Ausfüllen des Notfallkoffers für unangenehme Gefühle (Seite Z. 10) - „Wir haben jetzt gelernt, dass sowohl unsere Gedanken als auch das, was wir tun, Einfluss auf unsere Gefühle haben. Deshalb sollt ihr nun euren Notfallkoffer für unangenehme Gefühle packen.“ - Ausgabe der Workbook-Seite Z. 10. Dort befindet sich auch die genaue Instruktion für die Teilnehmenden. - Gemeinsamer Austausch darüber, was jeder in seinen Koffer gepackt hat.	

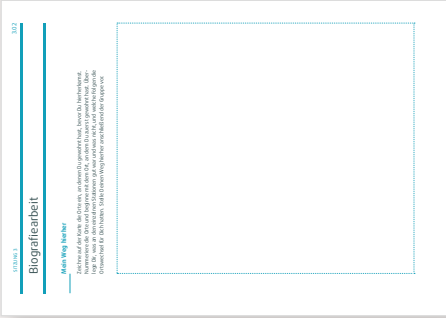
Sitzung 3: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Einführung in die Biografiefarbeit	15 Min.	Nutzen von Biografiefarbeit deutlich machen und Motivation aufbauen	• Gruppendiskussion zur Herleitung des Nutzens von Biografiefarbeit: - „Hat jemand von euch schon mal die Biografie einer anderen Person gelesen oder angeschaut?“ - „Was sind denn wichtige Punkte, die in eine Biografie hinein- gehören?“ (z. B. Fakten über die Person, wichtige Lebensereignisse und Erfahrungen) - „Wozu könnte es denn gut sein, die Biografie einer anderen Person zu kennen?“ (mögliche Antwort: hilft, die Person besser kennenzulernen und deren Gedanken, Gefühle und Verhalten besser zu verstehen, z. B. wovor die Person Angst hat oder was sie zum Ausrasten bringt) - „Was könnte uns das bringen, wenn wir uns mit unserer eigenen Biografie beschäftigen?“ (mögliche Antworten: besseres Verständnis davon, wie Ereignisse im eigenen Leben zustande gekommen sind; besseres Verständnis unserer eigenen Gedanken, Gefühle und unseres Verhaltens; besseres Verständnis, wo man herkommt und wer man ist) - „Da es sehr wichtig ist, sich selbst gut zu kennen und zu verstehen, um sich in einer neuen Umgebung zurechtzufinden, und die Möglichkeiten, die sich einem dort bieten, gut für sich nutzen zu können, wollen wir uns in den folgenden Sitzungen gemeinsam einzelne Aspekte eurer Biografie anschauen.“	

Sitzung 3: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Steckbrief	15 Min.	Einstieg in die biografische Arbeit	• Ausgabe der Workbook-Seite 3.01. Alle Teilnehmenden kleben ihre Fotos oder ihr persönliches Wappen auf den Steckbrief und füllen diesen zunächst in Einzelarbeit aus. • Jede*r stellt anschließend seinen* ihren Steckbrief der Gruppe vor. Die Steckbriefe können aber auch von einer* einem anderen Teilnehmenden vorgestellt werden (gegenseitige Vorstellung). • Die Gruppenleitenden können auch einen eigenen Steckbrief ausfüllen und vorstellen, das schafft Nähe und (Gruppen-)Zusammenhalt. • Sollten sich die Teilnehmenden bereits gut kennen, kann kurz in die Runde gefragt werden, ob die anderen etwas Neues über eine Person erfahren haben, das sie noch nicht wussten. Die Punkte „Das ist typisch für mich“ und „Das mag ich an mir“ bieten sich ebenfalls für einen Austausch in der Gruppe an („Was ist denn eurer Meinung nach typisch für ...?“, „Was mögt ihr denn an ... besonders?“). Andere Punkte können auf ähnliche Art zum Gruppengespräch anregen. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass die Beiträge der Teilnehmenden wertschätzend sind und letztlich zur Stärkung des Selbstwertes der adressierten Person beitragen.	 The image shows a worksheet titled 'Steckbrief' (Steckbrief) with a grid for personal information and a section for group feedback.

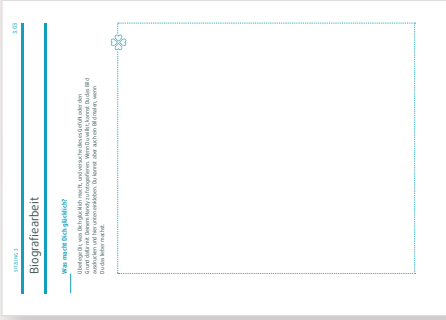
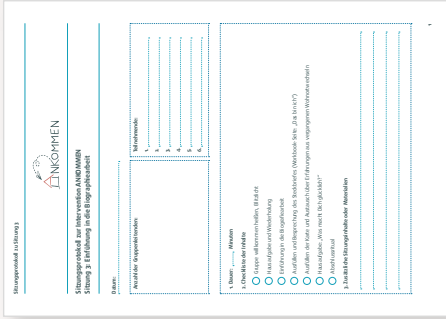
Sitzung 3: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Erfahrungen aus vergangenen Wohnortwechseln	25 Min.	Aufarbeitung persönlicher Erfahrungen mit Wohnortwechseln	• <u>Notwendige Vorbereitung:</u> Für alle Teilnehmenden eine Karte der bisherigen Wohnorte bei einem Kartendienst (z. B. OpenStreetMap oder Google Maps) heraussuchen und ausdrucken (bei Teilnehmenden mit Migrationshintergrund kann es gegebenenfalls notwendig sein, mehr als eine Karte auszudrucken). Anschließend die individuellen Karten auf die dazugehörige Workbook-Seite (3.02) kleben. Es kann sinnvoll sein, die Jugendlichen vorher um Erlaubnis für die Recherche nach deren bisherigen Wohnorten zu bitten oder sie vorab darüber zu informieren, damit kein Argwohn bei den Teilnehmenden aufkommt. • Mögliche Instruktion für die individuelle Kartenarbeit: - „In einer Biografie sollte auf jeden Fall immer stehen, wo eine Person herkommt und wo diese gelebt hat. Jetzt wisst ihr schon viel voneinander, aber vielleicht noch nicht, wo ihr gelebt habt, bevor ihr hierhergekommen seid. Deshalb sollt ihr auf dieser Karte hier die Orte einzeichnen, an denen ihr gewohnt habt, bevor ihr hierhergekommen seid. Nummeriert die Orte und beginnt mit dem Ort, an dem ihr zuerst gewohnt habt. Schreibt auch dazu, wie lange ihr an den jeweiligen Orten gelebt habt (Alter von X bis Y). Überlegt euch, was an den einzelnen Orten gut war und was nicht, und welche Folgen die Ortswechsel für euch hatten. Stellt euren Weg hierher anschließend der Gruppe vor.“	

Sitzung 3: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Die Angabe des eigenen Alters an den jeweiligen Wohnorten kann für die Teilnehmenden schwierig sein. Hier können die Gruppenleitenden die Jugendlichen während des Erstellungsprozesses unterstützen, indem sie bestimmte Ankerpunkte (z. B. Kindergarten, Grundschule, weiterführende Schule, generell die Schulklasse) benennen. - Eine Beispielkarte zur Veranschaulichung des Ziels der Aufgabe für die Jugendlichen findet sich im Zusatzmaterial des Workbooks (siehe Seite Z. 11). • Vorstellung der persönlichen Karten in der Gruppe und Diskussion über persönliche Folgen der Wohnortwechsel auf sozialer (Freunde, Familien, Schule, ...) und individueller (Gedanken, Gefühle, Verhalten) Ebene. • Mögliche Leitfragen für die Diskussion der einzelnen Stationen: - „Was war dort gut?“ - „Was war dort nicht so gut?“ - „Warum bist du dort weggegangen/Warum musstest du dort weggehen?“ - „Was haben andere gesagt, warum du weggehen musstest?“ - „Welche Folgen hatte es für dich, dort wegzugehen (positive und negative)?“ - „Was hast du gedacht, wie hast du dich gefühlt, wie hast du dich verhalten, als du erfahren hast, dass du umziehen musst?“ • Abschluss der individuellen Kartenvorstellungen sowie der Gesamtdiskussion mit der ausgiebigen positiven Verstärkung der erbrachten Anpassungsleistung und möglichen positiven Aspekten von Wohnortwechseln, z. B.: - schwierige Situationen gemeistert/überstanden - wichtige Erfahrungen gesammelt (sozial, individuell, kulturell) - Möglichkeit eines Neustarts an einem anderen Ort (funktioniert am besten, wenn man sich gut kennt und weiß, was man ändern möchte, dabei kann Biografiearbeit helfen)	

Sitzung 3: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Hausaufgabe		Selbstbeobachtung und Training der Emotionsregulation, Ressourcenaufbau	Ausgabe der Workbook-Seite „Was macht dich glücklich?“ (3.03) und Anleitung entsprechend der ausformulierten Instruktion.	
Abschlussritual	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss	Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung	 	

Sitzung 3: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Es ist möglich, dass die Teilnehmenden vergessen, die als Hausaufgabe mitgegebenen Workbook-Seiten zur dritten Sitzung wieder mitzubringen, oder sie gänzlich verloren haben. Deshalb ist es ratsam, einige Kopien der entsprechenden Seiten dabei zu haben, damit die Teilnehmenden die Seiten trotzdem in ihr Workbook einheften können.
- Der zu Beginn der Sitzung wahlweise erstellte „Notfallkoffer für unangenehme Gefühle“ (siehe Seite Z. 10 im Zusatzmaterial) kann auch in anderen Sitzungen immer wieder hervorgeholt werden. Wenn Teilnehmende sich belastet zeigen, können sie beispielsweise angeleitet werden, in ihrem Workbook zurückzublättern und eine der in ihrem Koffer aufgeführten Strategien zu nutzen, um sich Entlastung zu verschaffen. Dadurch wird den Teilnehmenden die Chance gegeben, sich selbst zu regulieren und sich somit als selbstwirksam zu erleben. Darüber hinaus können die Teilnehmenden ihren Notfallkoffer im Verlauf der Intervention Stück für Stück mit neuen Strategien erweitern, die sie bei sich selbst oder bei anderen Teilnehmenden als hilfreich erlebt haben. Nehmen Sie als Gruppenleitende hier gerne auch selbst an der Übung teil und gehen Sie unter Berücksichtigung Ihres eigenen Vertraulichkeitsbedürfnisses mit gutem Beispiel voran.
- Sollten die Jugendlichen dysfunktionale Strategien (z. B. Alkohol, Ritzen) nennen, lassen Sie die Nennung zu. Greifen Sie diese aber im Nachhinein nochmals auf und arbeiten Sie in der Gruppe die langfristigen negativen Konsequenzen heraus, die durch deren Anwendung folgen. Fokussieren Sie sich hierbei auf die Unterscheidung zwischen kurz- und langfristigen Konsequenzen verschiedener Strategien. Konzentrieren Sie sich mit der gesamten Gruppe darauf, alternative Strategien auszuarbeiten, sodass die Jugendlichen alternative Handlungsmuster aus der Sitzung mitnehmen können.
- Die Einführung in die Biografiearbeit zu Beginn der Sitzung kann auch mit kurzen biografischen Videos (z. B. von YouTube) über bekannte Musiker, Gamer oder Influencer erfolgen, die dann im Anschluss in der Gruppe diskutiert werden.
- Um zu vermeiden, dass Teilnehmende kein Foto von sich oder ihren Avatar auf den Steckbrief kleben können, weil sie die Aufgabe nicht erledigt haben, könnten die Gruppenleitenden von Seiten der Einrichtung verfügbare Fotos der Teilnehmenden oder Gruppenfotos mitbringen. Diese könnten dann bei Bedarf von den Teilnehmenden zurechtgeschnitten und auf den Steckbrief geklebt werden. Alternativ können auch Sticker oder passende Postkarten von den Gruppenleitenden mitgebracht werden. Es besteht auch die Möglichkeit, dass die Teilnehmenden sich ein persönliches Wappen ausdenken, es zeichnen und es dann auf den Steckbrief kleben. Sollte eine Sofortbildkamera verfügbar sein, kann diese in die Sitzung mitgebracht werden und die Fotos der Jugendlichen könnten vor Ort gemacht und dann eingeklebt werden.
- In manchen Gruppen kann es auch belebend wirken, den Steckbrief in Partnerarbeit auszufüllen.
- Obwohl der Steckbrief und eine darauf aufbauende Diskussion über charakteristische Merkmale von Teilnehmenden sehr selbstwertsteigernd sein kann (z. B. mit der Frage, was die anderen Gruppenmitglieder an einer Person mögen oder für sie typisch finden), besteht dabei auch immer die Gefahr von Spannungen und Missverständnissen. Beispielsweise könnten Teilnehmende in der Diskussion eine typische Eigenschaft eines anderen Teilnehmenden benennen,

Sitzung 3: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

welche die Person an sich selbst nicht mag oder die sozial unerwünscht ist. Die entsprechende Person könnte sich dann angegriffen oder bloßgestellt fühlen. Die Gruppenleitenden sollten versuchen, solche Konflikte möglichst schnell, eventuell auch mit der Unterstützung von anderen Teilnehmenden, zu schlichten.

- Sollten die Jugendlichen Schwierigkeiten haben, sich auf den Bericht über ihre Lebensstationen einzulassen, können die Gruppenleitenden unter Berücksichtigung ihres Vertraulichkeitsbedürfnisses eigene Beispiele einbringen. Sollte im Anschluss trotzdem niemand seine Karte vorstellen wollen, kann die anschließende Diskussion über Implikationen von Wohnortwechseln auch ohne die vorherige Kartenvorstellung durchgeführt werden.
- Anstatt für jeden Teilnehmenden eine eigene Karte auszudrucken, kann auch eine große Karte ausgedruckt und an ein Flipchart gepinnt werden. Alle Teilnehmenden bekommen dann eine eigene Farbe von Klebepunkten und können damit ihre Wege aufzeigen. So können die Wege der verschiedenen Teilnehmenden leichter verglichen und Gemeinsamkeiten gefunden werden. Diese Strategie sollte aber mit den Jugendlichen im Vorhinein abgesprochen werden, sodass es für alle in Ordnung ist, ihren Weg öffentlich zu teilen.
- Wenn Teilnehmende angeben, sich an manche Dinge aus ihrem Leben gar nicht erinnern zu wollen, sollten die Gruppenleitenden dafür Verständnis zeigen und zunächst genauer explorieren, was die Gründe dafür sind. Anschließend kann gegebenenfalls versucht werden, die Teilnehmenden dennoch für eine Auseinandersetzung mit ihrer Geschichte zu motivieren (z. B. durch die erneute Erläuterung des potentiellen Nutzens von Biografiearbeit). Positive Verstärkung („*Ich bin hier, um dich dabei zu unterstützen.*“) und Stärkung der Selbstwirksamkeit („*Du kriegst das hin!*“) können ebenfalls hilfreich sein. „Lücken“ in der Biografie können ggf. anschließend in Einzelarbeit adressiert werden.
- Die Teilnehmenden könnten Biografiearbeit in der Gruppe ablehnen, weil sie nicht wollen, dass die anderen persönliche Dinge von ihnen erfahren. Hier sollten die Gruppenleitenden erläutern, dass es entlastend sein kann, festzustellen, dass andere ähnliche Dinge erlebt und ähnliche Erfahrungen gemacht haben und man mit seiner Geschichte nicht allein ist. Dieser Prozess und die Anteilnahme an der Geschichte der anderen fördert auch die eigene Auseinandersetzung mit dem Erlebten. Im Austausch könnten alle dann voneinander lernen, wie man mit schwierigen Situationen gut umgehen kann. Außerdem sollte auf die Vertraulichkeitsvereinbarung im Rahmen der Gruppenregeln verwiesen werden.

Sitzung 4: Rational

2.4.7 Sitzung 4: Meine Geschichte

Fokus liegt auf: Geschichte der Fremdunterbringung



Abbildung 15: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 4.

Rational der Sitzung

In der vierten Sitzung sollen die Teilnehmenden die Geschichte ihrer Fremdunterbringung und ihrer Ankunft in der aktuellen Einrichtung aufschreiben und teilen. Ziel des Schreibprozesses ist die aktive Auseinandersetzung der Teilnehmenden mit den Erlebnissen der eigenen Fremdunterbringung und den damit zusammenhängenden Gedanken und Gefühlen. Eine aktive Auseinandersetzung mit diesem Thema ist deshalb wichtig, weil mit der Fremdunterbringung in Zusammenhang stehende Ereignisse häufig von starken aversiven Gefühlen wie Wut, Trauer, Scham oder Schuld überlagert werden und dadurch die Erinnerungen an Klarheit verlieren. Das Schreiben oder Erzählen der eigenen Geschichte fordert und fördert die differenzierte Auseinandersetzung mit dem Erlebten und kann deshalb dazu beitragen, Ordnung in das Chaos von Ereignissen, Gedanken und Gefühlen zu bringen. Die gewonnene Ordnung ermöglicht es den Betroffenen schließlich, die vergangenen Ereignisse besser zu verstehen. Die reflektive Auseinandersetzung mit eigenen Anteilen an Schlüsselereignissen und die realistischere Einschätzung von Einflussmöglichkeiten auf diese Ereignisse können dazu beitragen, Schuldgefühle abzubauen. Das fördert eine akzeptierende Haltung gegenüber dem Erlebten sowie den damit einhergehenden Veränderungen und kann zur emotionalen Entlastung der Jugendlichen beitragen. Durch das Teilen ihrer persönlichen Geschichte in der Gruppe können die Teilnehmenden zudem die positive Erfahrung machen, dass sie in einem geschützten Rahmen offen über ihre Erlebnisse sprechen können und Empathie und Anteilnahme durch die anderen Teilnehmenden erfahren. Hinzu kommt, dass Korrekturen wenig hilfreicher oder ungenauer Gedanken (z. B. bezüglich der eigenen Schuld) von anderen Betroffenen häufig leichter angenommen werden können als von Außenstehenden, weshalb der Austausch in der Gruppe in diesem Zusammenhang besonders effektiv sein kann. Letztlich kann auch das Anhören der Geschichten der anderen zu einer Entlastung der Teilnehmenden beitragen, weil sie dabei die Erfahrung machen können, dass sie mit ihren Gedanken, Gefühlen und Erlebnissen nicht allein sind (Normalisierung). Somit ist es für eine positive Wirkung der Sitzung nicht notwendig, dass alle

Sitzung 4: Rational

Teilnehmenden ihre persönliche Geschichte in der Gruppe teilen, und dem Bedürfnis der Jugendlichen nach Selbstbestimmung bei der Offenbarung persönlicher Informationen kann bedenkenlos entsprochen werden. Die Erfahrungen im Rahmen der Evaluationsstudie zeigen, dass in jeder der durchgeführten Gruppen Jugendliche bereit waren ihre persönlichen Erlebnisse mit den anderen zu teilen und dass das Angebot dazu insgesamt positiv wahrgenommen wurde.

Da die Auseinandersetzung mit den Ereignissen rund um die Fremdunterbringung für die Betroffenen aufgrund der damit verbundenen aversiven Gedanken und Gefühle jedoch auch unangenehm sein kann, benötigen die Teilnehmenden während des gesamten Prozesses viel Zuspruch und Motivation. Im Rahmen der Vorstellung der Geschichten können die Gruppenleitenden durch die konsequente Würdigung und positive Verstärkung des bereits Erreichten zudem zur Stärkung der Selbstwirksamkeit der Jugendlichen beitragen.

Anmerkung zum zeitlichen Ablauf: Da die vierte Sitzung die Ausarbeitung und Besprechung von zwei individuellen Geschichten umfasst, kann es, je nach Gruppengröße und Intensität der Auseinandersetzung, dazu kommen, dass der vorgesehene Zeitrahmen von 90 Minuten überschritten wird. Da die differenzierte Auseinandersetzung mit der Fremdunterbringungserfahrung ein zentrales Anliegen der Intervention ist und jedem Teilnehmenden der dafür notwendige Raum gegeben werden sollte, kann die vierte Sitzung, in Absprache mit den Teilnehmenden, auch auf zwei Termine (je eine Geschichte pro Sitzung) aufgeteilt werden.

Leitgedanken und Ziele der Sitzung

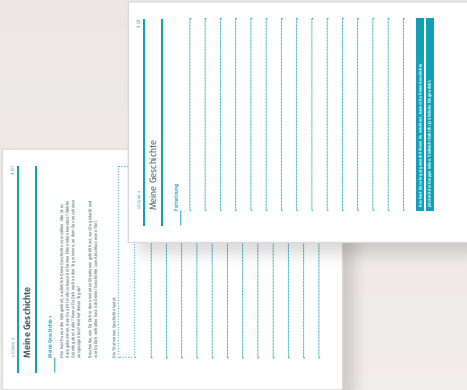
- Die Erfahrung, der Auseinandersetzung mit der eigenen Geschichte gewachsen zu sein, kann eine gute Grundlage für weiterführende biografische Arbeit sein und das Selbstwirksamkeitserleben der Teilnehmenden stärken.
- Im Austausch mit anderen Betroffenen können die Teilnehmenden die wertvolle Erfahrung von Empathie, Wertschätzung und gegenseitiger Unterstützung machen. Zudem trägt die Erkenntnis, dass andere ähnliche Dinge erlebt haben und diesbezüglich ähnliche Gedanken und Gefühle haben zur Normalisierung der eigenen Gedanken und Gefühle und dadurch zur emotionalen Entlastung bei.
- Alles kann, nichts muss: Die Freiheit und das Angebot, erzählen zu können, aber nicht erzählen zu müssen, ist die beste Grundlage für eine förderliche Gruppendynamik in dieser Sitzung.

Sitzung 4: Praktische Durchführung

Benötigtes Zusatzmaterial: Klebestift zum Einkleben von Fotos

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	• Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. • Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. • Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr*ihm geht, Klangschale, ...	
Wiederholung und Hausaufgabe	10 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt	• Wiederholung der Inhalte aus der letzten Sitzung: „Warum kann es nützlich sein, sich mit der eigenen Biografie zu beschäftigen?“, „Welche Dinge habt ihr in der letzten Woche über euch oder die anderen Teilnehmenden gelernt?“, „Was habt ihr mitgenommen?“ • Fotoaufgabe: „Was habt ihr fotografiert?“ (Bild zeigen und erklären lassen, warum dieses Bild die Person glücklich macht) – Wenn die Hausaufgabe nicht erledigt wurde: „Was hättet ihr fotografiert?“, „Gibt es vielleicht ein Lied, das euch glücklich macht?“, „Welches?“, „Wieso?“ – Wenn die Fotos nur auf dem Handy gespeichert sind, können diese der Gruppe ausnahmsweise auch auf dem Handy gezeigt werden. Ein Ausdruck kann zu einem späteren Zeitpunkt erfolgen.	

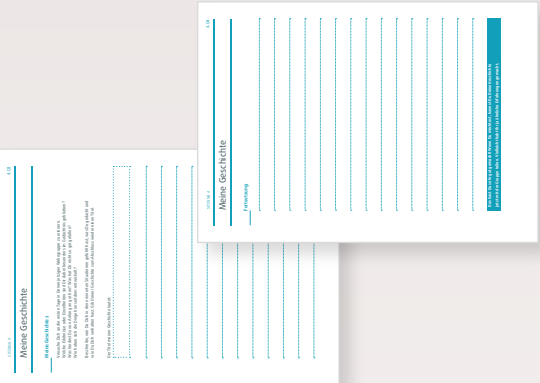
Sitzung 4: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Geschichte der Fremdunterbringung	15 Min.	Auseinandersetzung mit der eigenen Fremdunterbringung	- Vorschlag für die Einleitung der Schreibaufgabe: „Wendepunkte sind Teil jeder Biografie. Sie stellen häufig einen Einschnitt zu dem dar, was vorher war. Manchmal können Veränderungen oder Wendepunkte im Leben auch schmerzhaft sein, und es kann eine ganze Weile dauern, bis man damit zurechtkommt. Das ist dann wie bei einer Wunde. Wunden brauchen auch manchmal sehr lange, bis sie vollständig verheilt sind. Wenn man eine schlimme Wunde nicht säubert, kann sie sich entzünden, schmerzt noch mehr und kann im schlimmsten Fall dazu führen, dass die ganze Person krank wird. Über schwierige Zeiten und schwierige Ereignisse zu sprechen oder zu schreiben, ist wie die Wunden der Seele zu säubern. Das kann zuerst unangenehm sein oder wehtun, aber danach fühlt man sich oft besser, und die Wunden können heilen. Heute soll es um zwei Wendepunkte in eurem Leben gehen, die ihr alle miteinander teilt: Euren Weggang von zuhause und eure ersten Tage hier in der jetzigen Wohngruppe. Heute könnt ihr ausführlich eure Geschichten erzählen. Ihr erzählt dabei immer nur so viel, wie ihr wollt! Dinge, die ihr nicht erzählen wollt, müsst ihr hier auch nicht erzählen.“ - Ausgabe der Workbook-Seiten „Meine Geschichte 1“ (4.01-4.02) - Vorschlag für die Anleitung der ersten Geschichte: „Zuerst soll es darum gehen, wie es dazu gekommen ist, dass ihr nicht mehr zuhause bei euren Eltern leben konntet. Welche Gründe gab es dafür? Könnt ihr euch noch an den Tag erinnern, an dem ihr von zuhause ausgezogen seid? Wie lief dieser Tag ab? Versucht, euch zu erinnern und schreibt auf, wie ihr euch in den erinnerten Situationen gefühlt habt, was ihr gedacht habt und wie ihr euch verhalten habt. Gebt eurer Geschichte zum Abschluss einen Titel. Ihr habt jetzt 15 Minuten Zeit, um euch Gedanken darüber zu machen und eure Geschichte aufzuschreiben. Anschließend wollen wir eure Geschichten gemeinsam anhören und besprechen. Wenn ihr an irgendeiner Stelle nicht weiterkommt, dann fragt uns einfach, und wir helfen euch!“	

Sitzung 4: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Die Gruppenleitenden sollten sich im Verlauf ein Bild über den Fortschritt der Teilnehmenden machen, diese für die Arbeit loben und zur Weiterarbeit motivieren (<i>Beispiel: „Das sieht schon sehr gut aus. Ich kann mir vorstellen, dass das gerade nicht leicht für dich ist. Du kannst stolz auf dich sein, dass du das hier schreibst. Mach weiter so!“</i>). Wichtig ist, dass die Jugendlichen möglichst zügig anfangen zu schreiben, auch wenn es sich aus objektiver Sicht um nicht allzu wichtige Details handelt (z. B. wie das Wetter an dem Tag war). Es ist auch möglich, zunächst einen vorläufigen Beginn der Geschichte zu verfassen, der dann im weiteren Verlauf verändert oder durch einen anderen Anfang ersetzt werden kann. Sollten einzelne Teilnehmende nicht weiterkommen oder nichts schreiben, kann eine*r der Gruppenleitenden versuchen, die*den Teilnehmende*n individuell zu unterstützen (<i>Beispiele: „Wie kommst du voran?“, „Kann ich dir bei den nächsten Schritten helfen?“, „Wie ging es dir in dem Moment?“, „Was hast du gedacht?“, „Was hast du gefühlt?“, „Wer war alles da?“, „Was ist dann passiert?“, „Beschreibe ...“</i>). - Allen Jugendlichen sollte die notwendige Zeit eingeräumt werden, um ihre Geschichte so aufschreiben zu können wie sie es möchten. Dabei kann es auch notwendig sein, den vorgegebenen Zeitrahmen auszuweiten.	
Diskussion der Geschichte der Fremdunterbringung	20 Min.	Auseinandersetzung mit der eigenen Fremdunterbringung	- Den Teilnehmenden die Wahl lassen, das Geschriebene im Wortlaut vorzulesen oder zusammengefasst zu erzählen. - Die Teilnehmenden sollten beim Erzählen ihrer Geschichte nicht unterbrochen werden. Erinnerungsfördernde Nachfragen zu kleinen Details sowie zu Gedanken, Gefühlen und Verhalten in den geschilderten Situationen können im Anschluss an die Erzählung gestellt werden (dabei unbedingt sensibel für die Grenzen der Teilnehmenden bleiben).	

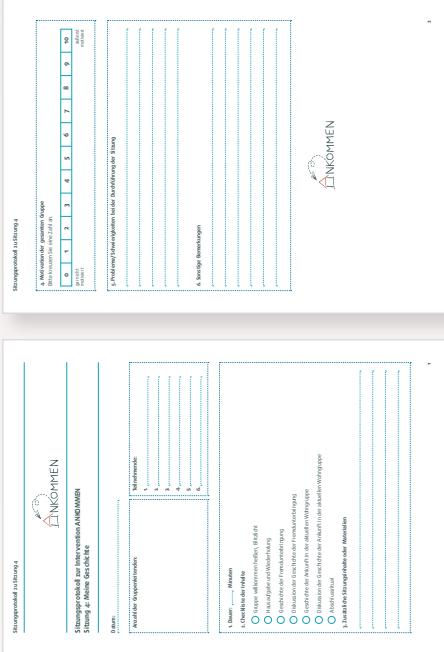
Sitzung 4: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			• Kontinuierlich loben und Empathie und Wertschätzung für die Teilnehmenden vermitteln. Nach Möglichkeit die anderen Teilnehmenden positiv in das Geschehen einbeziehen. • Allen Jugendlichen sollte genügend Raum zum Erzählen ihrer Geschichte gegeben werden. Dabei kann es auch notwendig sein, den vorgegebenen Zeitrahmen auszuweiten. Sollte nach Ansicht der Gruppenleitenden anschließend nicht mehr genug Zeit für die Bearbeitung der zweiten Geschichte vorhanden sein, kann die Sitzung nach der Diskussion der ersten Geschichte mit dem Abschlussritual beendet werden. In der darauffolgenden Sitzung kann dann mit dem erneuten Lesen (jede*r für sich selbst) der ersten Geschichte begonnen und anschließend mit der Entwicklung der zweiten Geschichte weitergemacht werden. In diesem Fall steht auch für die Einzel- und Gruppenbearbeitung der zweiten Geschichte ein deutlich größerer Zeitrahmen zur Verfügung.	
Geschichte der Ankunft in der aktuellen Wohngruppe	15 Min.	Auseinandersetzung mit der eigenen Fremdunterbringung	• Ausgabe der Workbook-Seiten „Meine Geschichte 2“ (4.03-4.04) • Vorschlag für die Anleitung: – „Als nächstes soll es um die ersten Tage hier in eurer jetzigen Wohngruppe gehen. Versucht euch zu erinnern, wie ihr die ersten Tage hier erlebt habt. Welche Erlebnisse und Einzelheiten sind euch besonders im Gedächtnis geblieben? Was fandet ihr von Anfang an gut hier? Was hat euch nicht so gut gefallen? Wie haben sich die Dinge hier seitdem entwickelt? Beschreibt wieder, wie ihr euch in den erinnerten Situationen gefühlt habt, was ihr gedacht habt und wie ihr euch verhalten habt. Gebt eurer Geschichte zum Abschluss wieder einen Titel. Ihr habt jetzt wieder 15 Minuten Zeit, um euch Gedanken darüber zu machen und eure Geschichte aufzuschreiben. Anschließend wollen wir eure Geschichten wieder gemeinsam anhören und besprechen. Wenn ihr an irgendeiner Stelle nicht weiterkommt, dann fragt uns einfach und wir helfen euch!“	 The image shows two pages from a workbook. The top page is titled 'Meine Geschichte' and contains a series of horizontal lines for writing. The bottom page is titled 'Meine Geschichte 2' and also contains horizontal lines for writing. Both pages have a blue header and footer.

Sitzung 4: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			Die Gruppenleitenden sollten sich im Verlauf ein Bild über den Fortschritt der Teilnehmenden machen, diese für ihre Arbeit loben und zur Weiterarbeit motivieren. Wichtig ist, dass die Jugendlichen möglichst zügig anfangen zu schreiben, auch wenn es sich aus objektiver Sicht um nicht allzu wichtige Details handelt. Es ist auch möglich zunächst einen vorläufigen Beginn der Geschichte zu verfassen, der dann im weiteren Verlauf verändert oder durch einen anderen Anfang ersetzt werden kann. Sollten einzelne Teilnehmende nicht weiterkommen oder nichts schreiben, kann eine*r der Gruppenleitenden versuchen, die*den Teilnehmende*n individuell zu unterstützen.	
Diskussion der Geschichte der Ankunft in der aktuellen Wohngruppe	20 Min.	Auseinandersetzung mit der eigenen Fremdunterbringung	- Den Teilnehmenden die Wahl lassen, das Geschriebene im Wortlaut vorzulesen oder zusammengefasst zu erzählen. - Die Teilnehmenden sollten beim Erzählen ihrer Geschichte nicht unterbrochen werden. Erinnerungsfördernde Nachfragen zu kleinen Details sowie zu Gedanken, Gefühlen und Verhalten in den geschilderten Situationen können im Anschluss an die Erzählung gestellt werden (dabei unbedingt sensibel für die Grenzen der Teilnehmenden bleiben). - Positive und negative Aspekte zulassen. - Kontinuierlich loben und Empathie und Wertschätzung für die Teilnehmenden vermitteln. Nach Möglichkeit die anderen Teilnehmenden positiv in das Geschehen einbeziehen. - Positiven Abschluss der Diskussion finden, z. B. durch: - Lob und Anerkennung der Leistung, sich hier zurechtzufinden und zu integrieren, trotz mancher Schwierigkeiten - Überleitung der Diskussion in konstruktive Bahnen („Was könnte denn die Einrichtung besser machen, damit sich andere in Zukunft schneller hier wohl fühlen?“)	

Sitzung 4: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Abschlussritual	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss	Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung		

Sitzung 4: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Es ist möglich, dass die Teilnehmenden vergessen, die als Hausaufgabe mitgegebenen Workbook-Seiten zur vierten Sitzung wieder mitzubringen, oder sie gänzlich verloren haben. Deshalb ist es ratsam, einige Kopien der entsprechenden Seiten dabei zu haben, damit die Teilnehmenden die Seiten trotzdem in ihr Workbook einheften können.
- Bei Widerstand/Vermeidung, die eigene Geschichte aufzuschreiben:
 - Zunächst genauer herausfinden, was die Gründe für die Vermeidung sind (z. B. zu große Belastung, keine Lust zu schreiben, Probleme mit der Schrift oder dem Schreiben), und dann entsprechende Hilfestellungen anbieten (z. B. Einzelbetreuung beim Schreiben, für den Teilnehmenden aufschreiben, Bild malen lassen).
 - Den Nutzen von Biografiearbeit nochmal erläutern, um zu motivieren (z. B. Ordnung in das Chaos von Gedanken und Gefühlen bringen, eigene Entlastung durch besseres Selbstverständnis, Wunden-Metapher).
 - Positive Verstärkung („*Wir unterstützen dich!*“) und Stärkung der Selbstwirksamkeit („*Du schaffst das!*“) der Teilnehmenden
 - Die Gruppenleitenden sollten die biografische Arbeit möglichst positiv und optimistisch präsentieren. Die Haltung der Gruppenleitenden (die Gruppe bietet einen sicheren Rahmen, in dem ihr offen und ohne Zwang über eure Erlebnisse sprechen könnt; wir sind interessiert daran, wie es euch ergangen ist; wir haben großen Respekt vor eurer Leistung hier in der Gruppe, aber auch vor eurem gesamten Weg; wir schaffen das gemeinsam, auch wenn es schwierig werden sollte) wird von den Jugendlichen wahrgenommen und ist ein wichtiger Wirkfaktor.
 - Die Teilnehmenden müssen nicht viel schreiben, es genügen einige Gedanken. Es sollte nicht der Eindruck vermittelt werden, dass das Ziel eine lückenlose Niederschrift der Geschichte der Jugendlichen ist. Wichtiger als die Menge ist, dass eine emotionale Auseinandersetzung mit den Erlebnissen stattfindet und die Teilnehmenden die positive Erfahrung machen, dass sie dem gewachsen sind. In diesem Zusammenhang kann auch angeboten werden, lediglich stichwortartige Notizen anzufertigen, die dann als Ankerpunkte für den verbalen Bericht dienen können.
 - Wenn die Jugendlichen angeben, sich nicht zu erinnern, können mit Nachfragen Ankerpunkte gesetzt werden. Auch die Erkenntnis, Dinge nicht zu wissen, kann hilfreich sein und die Frage aufwerfen, wie man mit einer solchen Situation umgehen kann. Das kann bei Bedarf auch in der Gruppe diskutiert werden.
 - Wenn sich einzelne Jugendliche weigern, etwas aufzuschreiben, kann es sinnvoll sein, diesen Jugendlichen anzubieten, sich in ein anderes Zimmer zurückzuziehen. Dies ermöglicht ihnen mehr Privatsphäre.
 - Um die Motivation zu steigern, kann nach der ersten Geschichte ein auflockerndes Spiel eingebaut werden. So können die Jugendlichen zwischen den stillen Schreibaufgaben aktiviert werden und sich danach wieder auf das Schreiben konzentrieren.

Sitzung 4: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Bei Widerstand/Vermeidung, die eigene Geschichte vorzulesen oder darüber zu sprechen:
 - Herausfinden, was die Gründe für die Vermeidung sind (z. B. zu große Belastung oder Misstrauen gegenüber den anderen Teilnehmenden), und entsprechende Hilfestellungen anbieten (z. B. nur Teile der Geschichte erzählen).
 - Die Teilnehmenden nicht drängen, ihre Geschichten in der Gruppe zu erzählen oder vorzulesen, sondern Verständnis und Empathie für deren Vermeidungsverhalten äußern. Jede*r Teilnehmende soll nur so viel berichten, wie er*sie möchte. Die Rolle der Gruppenleitenden liegt hier in der Unterstützung der Berichterstattung durch positive Verstärkung und orientierende Fragen.
 - Eventuell andere Jugendliche anfangen lassen, sodass Jugendliche, die ihre Geschichte nicht vortragen möchten zunächst die Erfahrung machen können, dass ihnen in der Gruppe keine Gefahr durch die Offenbarung droht.
 - Bei dem Bericht über den ersten Tag in der Einrichtung können Gruppenleitende mit einem persönlichen Bericht über ihren ersten Tag in der aktuellen Einrichtung als Modell dienen.
- Sollten Teilnehmende das Schreiben ihrer Geschichte mit der Begründung ablehnen, dass es sie zu sehr „triggern“ würde, kann neben der Erläuterung des Nutzens von Biografiearbeit zur Motivation auch kurz das Prinzip der Habituation erläutert werden: *„Anspannung/Angst kann aus physiologischen Gründen nicht bis ins Unendliche ansteigen, sondern nimmt nach einer bestimmten Zeit automatisch wieder ab. Wenn man sich seinen Ängsten aussetzt und es schafft, diese solange auszuhalten, bis sie von alleine wieder zurückgehen, ist die Angstreaktion beim nächsten Mal schon ein wenig geringer. Je öfter man sich also den eigenen Ängsten aussetzt, desto weniger schlimm werden sie. Das ist ähnlich wie beim Fahrradfahren oder Schwimmen lernen. Am Anfang ist es schwer, aber dann wird es immer leichter.“*
- Es könnte die Frage aufkommen, warum sich die Teilnehmenden in der zweiten Geschichte nur mit der Ankunft in der aktuellen Einrichtung auseinandersetzen sollen. Eventuell haben die Teilnehmenden schon in anderen Einrichtungen gelebt und verbinden mit diesen viele wichtige und prägende Erinnerungen. Dafür sollte zunächst Verständnis geäußert werden. Anschließend kann den Teilnehmenden erklärt werden, dass es im Rahmen der Gruppentreffen darum geht, in der aktuellen Einrichtung möglichst gut anzukommen. Außerdem kann den Teilnehmenden die Möglichkeit eingeräumt werden, auf vorherige Unterbringungen am Anfang ihrer Geschichte in 2–3 Sätzen kurz einzugehen oder diese aufzulisten.
- Es kann sein, dass der in der zweiten Geschichte festgelegte Zeitrahmen der „ersten Tage“ zu unüberschaubar für die Teilnehmenden ist. In diesem Fall können die Teilnehmenden angeleitet werden, sich zunächst auf den ersten Tag in der aktuellen Einrichtung zu konzentrieren und diesen genauer zu beschreiben. Anschließend kann der Verlauf dann chronologisch nachvollzogen werden.
- Bei gedrückter Stimmung oder offensichtlicher Belastung der Teilnehmenden am Ende der Sitzung (hier können wieder die Tools zur Stimmungsabfrage eingesetzt werden), können weitere Kontakte mit den Betreuenden in der Wohngruppe angeboten/vereinbart werden.

Sitzung 4: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Falls den Teilnehmenden beim erneuten Durchlesen oder Erzählen ihrer Geschichten noch etwas einfällt, können sie dies gerne hinzufügen. Haben sie hierzu gerne auch noch zusätzliche Bögen Papier zur Hand. Ein volles Blatt sollte die Jugendlichen nicht vom Erzählen ihrer Geschichte abhalten.
- Besonders diese Sitzung kann auch für die Gruppenleitenden emotional anstrengend sein. Deshalb sei hier nochmal auf die eigene Psychohygiene verwiesen (siehe Kapitel 2.1.3). Die Nachbesprechung der Sitzung im Rahmen der Anfertigung des Sitzungsprotokolls kann ebenfalls zum intensiven Austausch über Gedanken und Gefühle im Zusammenhang mit den Inhalten der Sitzung genutzt werden.

Sitzung 5: Rational

2.4.8 Sitzung 5: Zwischen den Stühlen

Fokus liegt auf: Identifikation von und Umgang mit Loyalitätskonflikten



Abbildung 16: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 5.

Rational der Sitzung

Aufgrund der weiterhin bestehenden Bindung zu Mitgliedern der Herkunftsfamilie kann es für Kinder und Jugendliche schwierig sein, sich ohne Vorbehalte auf neue Bindungs- und Hilfsangebote in der Einrichtung einzulassen. Betroffene können auch Schuldgefühle gegenüber Mitgliedern ihrer Herkunftsfamilie entwickeln, weil sie sich in der Einrichtung wohlfühlen und dort eigene unabhängige Perspektiven entwickeln. Das Gefühl gegenüber unterschiedlichen Personen oder Instanzen, welche grundlegende elterliche Aufgaben für das Kind oder den Jugendlichen übernehmen, loyal sein zu müssen, kann bei den Betroffenen zu inneren Konflikten führen. Solche sogenannten „Loyalitätskonflikte“ sind den Betroffenen oft nicht bewusst, können aber mit ambivalenten oder ablehnenden Gedanken und Gefühlen gegenüber der aktuellen Hilfe einhergehen und so deren Erfolg gefährden.

Um sich dem Thema Loyalitätskonflikte anzunähern, werden in Sitzung 5 zunächst Merkmale und Aufgaben von Eltern (in Anlehnung an das „Drei-Eltern-Modell“ von Fahlberg, 1988) erarbeitet und den drei Dimensionen „Biologische Eltern“, „Rechtliche Verantwortung“ und „Versorgung im Alltag“ zugeordnet. Den Teilnehmenden soll dadurch die mögliche Verteilung von elterlichen Aufgaben und Pflichten auf unterschiedliche Personen oder Instanzen veranschaulicht werden. Gleichzeitig soll auch eine Sensibilität für die Probleme geschaffen werden, die damit einhergehen können, wenn man das Gefühl hat, es allen, die eine wichtige Rolle im eigenen Leben spielen, „recht machen zu müssen“.

Anhand der ersten Fallvignette („Martins Telefonat“) erarbeiten die Jugendlichen zunächst in Einzelarbeit und anschließend im Rahmen einer Gruppendiskussion, was Loyalitätskonflikte ausmacht, wie sie Loyalitätskonflikte erkennen und wie sie mit ihnen umgehen können. Dabei sollten positive Strategien zum Umgang mit Loyalitätskonflikten (z. B. mit anderen Betroffenen reden, mit Betreuenden sprechen, den Konflikt nach Möglichkeit bei den betreffenden Personen ansprechen, Akzeptanz der

Sitzung 5: Rational

ambivalenten Gedanken und Gefühle, sich selbst erlauben zufrieden zu sein) verstärkt werden. Ziel ist dabei nicht zwingend die positive Auflösung des Loyalitätskonfliktes (z. B. durch offene Ansprache des Konfliktes bei den betreffenden Personen), da dies in vielen Fällen schwer möglich ist und der Versuch eventuell zu weiteren Konflikten führen könnte. Es wird vielmehr eine akzeptierende und somit entlastend wirkende Haltung bezüglich des Konfliktes und den damit einhergehenden aversiven oder ambivalenten Gedanken und Gefühlen angestrebt. Zur Veränderung der Gefühle können anschließend beispielsweise die in Sitzung 2 erlernten Strategien zur Emotionsregulation angewendet werden. Durch die Diskussion der Fallvignette in der Gruppe erhalten die Teilnehmenden die Möglichkeit, den geschilderten Loyalitätskonflikt aus unterschiedlichen Perspektiven zu betrachten und am Modell der anderen Teilnehmenden verschiedene positive Strategien zum Umgang mit dem Konflikt zu lernen. In der anschließenden Analyse und Diskussion eines eigenen Loyalitätskonfliktes sollen die Jugendlichen schließlich explizit einen Bezug zu ihrem eigenen Erleben herstellen, wodurch der Transfer des Gelernten in den Alltag gefördert wird. Die Teilnehmenden haben dabei, vielleicht zum ersten Mal überhaupt, die Gelegenheit, offen über ihre Loyalitätskonflikte zu sprechen, was für sich genommen bereits zu einer Entlastung beitragen kann. Das Erkennen, dass andere Teilnehmende eventuell ähnliche Loyalitätskonflikte haben, normalisiert zudem die eigenen Gedanken und Gefühle und stärkt das Gruppenzusammengehörigkeitsgefühl. Auch bei dem eigenen Loyalitätskonflikt steht nicht die Lösung des Konfliktes im Vordergrund, weil dies im Rahmen der Gruppensitzungen schwer möglich ist, sondern vielmehr die Schaffung eines Bewusstseins für derartige Konflikte und die emotionale Entlastung, die mit deren Akzeptanz einhergehen kann. Auf eine explizite Definition des Begriffs „Loyalitätskonflikt“ im Workbook wurde verzichtet, da dies bei einigen Jugendlichen eher für Verwirrung als für Klärung sorgen könnte. Da die meisten Jugendlichen Loyalitätskonflikte aus ihrem Alltag kennen (z. B. auch aus Freundschaften), besteht in der Regel jedoch ein intuitiver Zugang zu diesem Thema auf emotionaler Ebene. Durch die differenzierte Auseinandersetzung mit einem derartigen Konflikt anhand der Fallvignette und des eigenen Beispiels sollte es den Teilnehmenden im Anschluss allerdings möglich sein, eine eigene und für sie selbst gut verständliche Definition von Loyalitätskonflikten zu entwickeln. Bei ausreichend vorhandener Zeit können diese individuellen Definitionen am Ende der Sitzung auch nochmal in der Gruppe ausgetauscht und diskutiert werden. Falls die Zeit in der fünften Sitzung dafür nicht ausreichen sollte, kann eventuell die Wiederholung der sechsten Sitzung mit der Frage danach eingeleitet werden, was denn für die Teilnehmenden einen Loyalitätskonflikt ausmacht oder woran sie diesen erkennen können. Die Möglichkeit ambivalente Gedanken und Gefühle durch eine Begrifflichkeit besser einordnen zu können, kann für die Jugendlichen eine Entlastung mit sich bringen und darüber hinaus den Weg für eine weitere differenzierte Auseinandersetzung mit dem Konflikt ebnen.

Leitgedanken und Ziele der Sitzung

- Ziel der Sitzung ist das Erkennen, Einordnen und Normalisieren von ambivalenten Gedanken und Gefühlen, nicht die Lösung von Loyalitätskonflikten. Die Fähigkeit zur Benennung und Differenzierung von ambivalenten Gedanken und Gefühlen allein kann bereits zur Entlastung der Betroffenen beitragen und den Weg für langfristige Lösungsversuche bereiten.
- Durch den gemeinsamen Austausch über den Umgang mit Loyalitätskonflikten in der Gruppe lernen die Jugendlichen mögliche alternative Strategien kennen und können diese im Anschluss selbstständig ausprobieren.

Sitzung 5: Praktische Durchführung

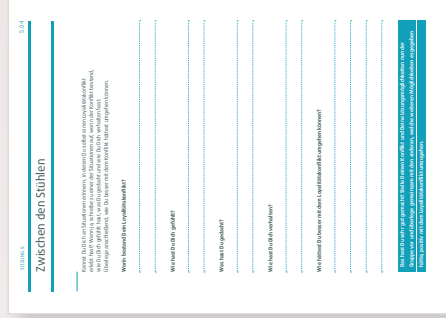
Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	• Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. • Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. • Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr*ihm geht, Klangschaale, ...	
Wiederholung	20 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt und verarbeitet	• Wiederholung des Rationalis der Biografiearbeit (mit Fokus auf die möglichen positiven Effekte und den Nutzen für die Teilnehmenden) im Rahmen einer Gruppendiskussion • Alle Teilnehmenden lesen ihre Geschichten erneut für sich selbst durch. • Zusammenfassende Reflexion der Geschichten in der Gruppe (<i>„Wie habt ihr euch beim Schreiben/erneuten Lesen eurer Geschichten gefühlt?“</i>, <i>„Was habt ihr gedacht?“</i>, <i>„Wie beeinflusst eure Geschichte euer aktuelles Leben?“</i>, <i>„Was könnt ihr aus eurer Geschichte für die Zukunft lernen?“</i>; Frage nach der Wirkung: <i>„Was ist euch nach der letzten Sitzung noch so durch den Kopf gegangen?“</i>)	

Sitzung 5: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Merkmale und Aufgaben von Eltern	20 Min.	Differenzierung von Merkmalen und Aufgaben von Eltern	- Gruppendiskussion zum Thema: „Was macht Eltern aus?“ und „Welche Aufgaben haben Eltern?“ - Freie Sammlung der Aussagen der Teilnehmenden am Flipchart (gegebenenfalls relevante Merkmale und Aufgaben ergänzen). Anschließend die drei Kreise des Modells (siehe Workbook Seite 5.01) am Flipchart aufzeichnen, die dargestellten Bereiche benennen und kurz erläutern. Danach gemeinsam mit den Teilnehmenden die zuvor gesammelten Merkmale und Aufgaben von Eltern den drei Bereichen zuordnen. Den Teilnehmenden kann bei Bedarf das Zusatzblatt Z. 12 (siehe Zusatzmaterial Workbook) ausgegeben werden, sodass sie die Zuordnung mitschreiben können. Darauf aufbauend die verschiedenen Möglichkeiten der Verteilung elterlicher Aufgaben auf unterschiedliche Personen erläutern (für Vorschläge dazu siehe Abschnitt „Schwierigkeiten und Tipps“ dieser Sitzung) und mögliche damit einhergehende Schwierigkeiten thematisieren (den Leitfaden dafür bilden die Workbook-Seiten 5.01–5.02). Die Gruppenleitenden können die Teilnehmenden anregen, Bezüge zu ihrer eigenen Situation herzustellen („Wie ist das denn bei euch?“ „Welche Schwierigkeiten kann die Verteilung von elterlichen Aufgaben auf verschiedene Personen denn mit sich bringen?“ „Was ist daran schwierig?“ „Welche Gründe gibt es, elterliche Aufgaben zu verteilen?“ „Was kann daran gut sein?“), sofern diese das nicht selbst tun. Dies sollte allerdings nicht forciert werden. Anschließend zum Thema Loyalitätskonflikte überleiten. - Ausgabe der Workbook-Seiten 5.01–5.02 zum Abheften ins Workbook.	SEITE 1 Zwischen den Stühlen Merkmale und Aufgaben von Eltern SEITE 2 Zwischen den Stühlen

Sitzung 5: Praktische Durchführung

Dazugehörige Seiten im Workbook



Umsetzung

- Ausgabe der Workbook-Seite „Martins Telefonat“ (5.03):
 - Bearbeitung der Seite in Einzelarbeit entsprechend der abgebildeten Instruktion.
 - Gruppendiskussion darüber, was Loyalitätskonflikte ausmacht und wie man mit ihnen umgehen könnte.
 - Zur Erinnerung: Ziel ist dabei nicht zwingend die positive Auflösung des Loyalitätskonfliktes, sondern vielmehr eine akzeptierende und somit entlastend wirkende Haltung bezüglich des Konfliktes und den damit einhergehenden aversiven oder ambivalenten Gedanken und Gefühlen. Diese können anschließend mit den erlernten Strategien zur Emotionsregulation moduliert werden.
 - Positive/funktionale Strategien zum Umgang mit Loyalitätskonflikten (z. B. mit anderen Betroffenen reden, mit Betreuenden sprechen, den Konflikt nach Möglichkeit bei den betreffenden Personen ansprechen, Akzeptanz der ambivalenten Gedanken und Gefühle, sich selbst erlauben zufrieden zu sein, ...) sollten gemeinsam gesammelt und verstärkt werden.
 - Negative/dysfunktionale Strategien (z. B. sozialer Rückzug, Substanzkonsum, aggressives Verhalten) sollten in der Gruppe konstruktiv und nicht wertend hinterfragt werden („*Glaubt ihr anderen auch, dass das eine gute Strategie wäre mit dem Loyalitätskonflikt umzugehen?*“, „*Würdet ihr anderen das auch so machen?*“, „*Warum nicht?*“).
- Ausgabe der Workbook-Seite 5.04 zur Bearbeitung des eigenen Loyalitätskonfliktes:
 - Bearbeitung der Seite in Einzelarbeit entsprechend der abgebildeten Instruktion.

Um was geht's?

Umgang mit Loyalitätskonflikten

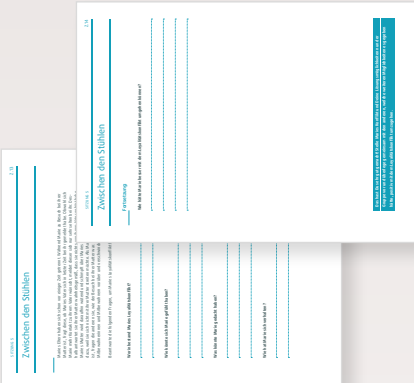
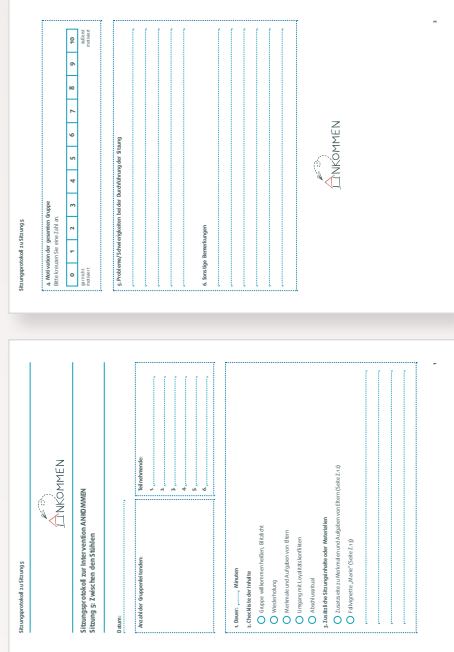
Zeit

40 Min.

Ziel

Loyalitätskonflikte erkennen lernen, Erlernen von positiven Strategien zum Umgang mit Loyalitätskonflikten

Sitzung 5: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			Sollten Teilnehmende keinen eigenen Loyalitätskonflikt benennen können, können diese zunächst angeleitet werden, sich einen fiktiven Konflikt zu überlegen oder zu überlegen, ob ein*e Freund*in schon einmal einen Loyalitätskonflikt erlebt hat. Sollte den Teilnehmenden trotzdem nichts einfallen, kann die Fallvignette von „Marie“ (siehe Seite Z. 13-Z. 14 im Zusatzmaterial des Workbooks) ausgehändigt werden oder die Gruppenleitenden konstruieren (wenn möglich gemeinsam mit den Teilnehmenden) ein eigenes Beispiel. Das Fallbeispiel kann auch von den Gruppenleitenden vor der Sitzung vorbereitet und in der Sitzung von den Teilnehmenden ergänzt werden. Es ist hilfreich, einzelne Ideen zum Fallbeispiel vorzugeben. Die Gruppenleitenden können hierbei mögliche Themen der Teilnehmenden bereits einbauen. Gruppendiskussion über Möglichkeiten, positiv mit dem geschilderten Loyalitätskonflikt umzugehen (siehe Seite 5.04 unten). Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	Zusatzmaterial: 
Abschlussritual	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss		
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung		

Sitzung 5: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Wenn Teilnehmende zu Beginn der fünften Sitzung ihre Geschichte noch einmal ändern wollen, können sie das gerne tun. Die Gruppenleitenden können dann im Rahmen der Gruppendiskussion mit einer wertschätzenden Haltung nachfragen, was geändert wurde und warum (eventuell wurde ein negativ gefärbter Abschnitt neu bewertet).
- Bei starker Belastung von Teilnehmenden durch das Thema Loyalitätskonflikte oder durch das Thema Eltern generell kann es sinnvoll sein, den Betroffenen kurzzeitig Einzelbetreuung anzubieten. Negative Emotionen sollten dabei zunächst empathisch und verständnisvoll zurückgemeldet werden (*„Ich sehe, dass Du gerade sehr traurig bist.“*). Anschließend kann versucht werden, gemeinsam weitere Gedanken und Gefühle zu identifizieren. Dann kann, sofern der*die Teilnehmende sich dafür offen zeigt, versucht werden, die belastenden Emotionen aufzulösen (z. B. mit Hilfe des „Notfallkoffers für unangenehme Gefühle“ oder des Kognitiven Dreiecks, durch Entspannungstechniken, ...). Sollte die Stimmung in der gesamten Gruppe gedrückt sein, was an diesem Punkt nicht ungewöhnlich ist, können die Gründe dafür in einer kurzen Gruppendiskussion thematisiert und das „Stimmungstief“ normalisiert (*„Das ist ein schwieriges Thema, es ist völlig normal, dass man da nicht so gut gelaunt ist.“*) werden. Die Erfahrung, mit den unangenehmen Gedanken, Gefühlen und Erinnerungen nicht allein zu sein, kann die Teilnehmenden entlasten. Anschließend kann zur Auflockerung ein kurzes Spiel eingebaut werden. Das Abschlussritual kann in dieser Sitzung intensiviert werden, sodass alle Teilnehmenden und Gruppenleitenden am Ende der Sitzung gut mit den Inhalten abschließen und weniger betrübt in den Alltag zurückkehren können.
- Wenn die Gruppenleitenden merken, dass einzelne Teilnehmende noch immer sehr bedrückt wirken und im Anschluss an die Sitzung noch Rede-/Klärungsbedarf haben, können die Gruppenleitenden entsprechend ihrer Kapazitäten noch ein Einzelgespräch anbieten und/oder bei Einverständnis des Teilnehmenden die Bezugsbetreuer*innen miteinbeziehen.
- Die verschiedenen Möglichkeiten der Verteilung elterlicher Aufgaben auf unterschiedliche Personen können gemeinsam mit den Teilnehmenden anhand kurzer Fallbeispiele von fiktiven Jugendlichen erarbeitet werden. Die Möglichkeit, unterschiedliche Verteilungen der Aufgaben von Eltern zu diskutieren, kann sich auch aus der Frage an die Jugendlichen ergeben, wie denn die aktuelle Situation bei ihnen gerade ist und wie sie war, bevor sie hierhergekommen sind. Zur Veranschaulichung können die verschiedenen Varianten am Flipchart mit unterschiedlichen Farben dargestellt werden (siehe Abbildung 17). Bei Verwendung des Zusatzblattes Z. 12 (siehe Zusatzmaterial Workbook) können die Teilnehmenden ihre aktuelle Situation auch mit Farbstiften selbst einzeichnen (z. B. durch entsprechende Umrandungen der Kreise) und darauf aufbauend können verschiedene Konstellationen in der Gruppe besprochen werden.

Sitzung 5: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

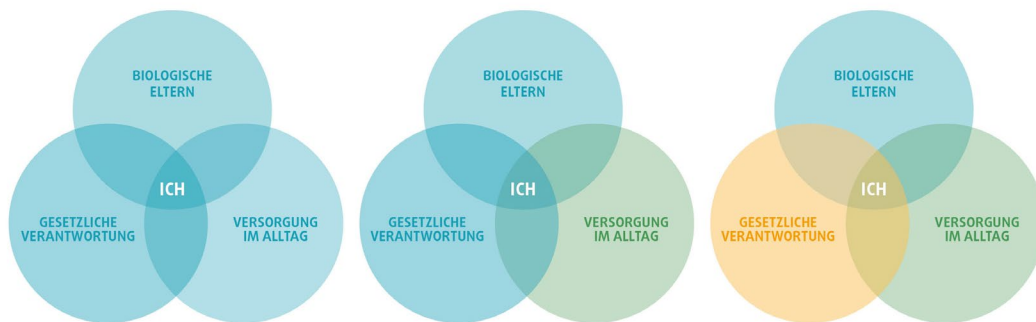


Abbildung 17: Möglichkeiten der Verteilung elterlicher Aufgaben im Rahmen des Modells.

- Bei Verständnisschwierigkeiten des Modells der Verteilung von elterlichen Aufgaben auf unterschiedliche Personen kann eine*r der Gruppenleitenden die betreffenden Teilnehmenden individuell unterstützen. Allerdings sollte darauf nicht zu viel Zeit verwendet werden, da das Modell eher als anschauliche Hinführung zum Thema Loyalitätskonflikte gedacht ist. Wichtig ist die Kernbotschaft, dass elterliche Aufgaben, die normalerweise von den biologischen Eltern übernommen werden, bei fremduntergebrachten Kindern und Jugendlichen auf unterschiedliche Personen und Instanzen verteilt sein können und dass dies zu schwierigen Situationen für die Betroffenen führen kann, in denen widersprüchliche Gedanken und Gefühle zur Belastung werden können.
- Es ist auch möglich, dass Jugendliche keinen Kontakt mehr zu ihren biologischen Eltern haben. Für diese Jugendlichen scheint das Thema Loyalitätskonflikte dann eventuell weniger relevant zu sein. In solch einem Fall kann das Thema Loyalitätskonflikte auch auf andere Situationen mit ambivalenten Gefühlen übertragen werden, z. B. auf Streitsituationen zwischen guten Freunden*innen. Selbiges gilt dafür, wenn den Jugendlichen kein Loyalitätskonflikt mit den Eltern einfällt. Die Jugendlichen können dann überlegen, ob es Konflikte innerhalb ihres Freundeskreises gibt oder sie Loyalitätskonflikte bei ihren Freunden beobachtet haben. Eine weitere Möglichkeit kann es sein, über gelöste Loyalitätskonflikte zu berichten.

Sitzung 6: Rational

2.4.9 Sitzung 6: Meine offizielle Geschichte

Fokus liegt auf: Selbstsicherheit und Umgang mit Stigmatisierung



Abbildung 18: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 6.

Rational der Sitzung

Vorurteile und Ablehnung durch andere Kinder, Jugendliche oder Erwachsene aufgrund der Fremdunterbringung können für die Betroffenen sehr belastend sein und es ihnen schwermachen, neue soziale Kontakte außerhalb ihrer Einrichtung aufzunehmen oder aufrechtzuerhalten. Manchmal empfinden es fremduntergebrachte Jugendliche deshalb als hilfreich, zunächst nicht zu erzählen, dass sie in einer Jugendhilfeeinrichtung leben, um den Beziehungsaufbau zu erleichtern. Andererseits stellt das Verschweigen der eigenen Fremdunterbringung aus Angst vor der Ablehnung anderer eine Form von Selbststigmatisierung dar, was mit negativen Konsequenzen für den Selbstwert der Betroffenen einhergeht. Letztlich müssen die Betroffenen selbst entscheiden, wie viel sie wem in welcher Situation von sich selbst preisgeben möchten. Eine bewusste und selbst getroffene Entscheidung über die Offenlegung oder das Verschweigen der eigenen Fremdunterbringung kann dazu beitragen, den Selbstwert, unabhängig davon, welche Entscheidung getroffen wurde, zu erhalten und zu stärken. Aus diesem Grund sollen sich die Teilnehmenden zu Beginn von Sitzung 6 zunächst in Einzelarbeit, differenziert mit den Vor- und Nachteilen der Offenlegung ihrer Fremdunterbringung auseinandersetzen. Im Anschluss an die Einzelarbeit werden die von jedem Teilnehmenden gefundenen Vor- und Nachteile in der Gruppe zusammengetragen. Dadurch lernen die Jugendlichen auch die Argumente anderer Betroffener kennen und können diese in ihre eigene Entscheidung einfließen lassen.

Im darauffolgenden Abschnitt lernen die Teilnehmenden, wie sie selbstsicher ihren Standpunkt in schwierigen Situationen, z. B. bei Fragen zu ihrer Fremdunterbringung, vertreten können. Nach der Vermittlung von Grundregeln für selbstsicheres Verhalten anhand eines Arbeitsblattes sollen die

Sitzung 6: Rational

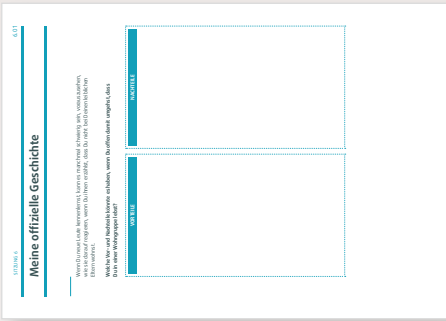
Teilnehmenden selbstsicheres Verhalten in zwei Rollenspielen üben und dadurch dessen Merkmale verinnerlichen. Im Anschluss an jedes der beiden Rollenspiele werden in einer Feedbackrunde in der Gruppe gut gelungene Aspekte und Verbesserungsvorschläge gesammelt.

Im letzten Teil von Sitzung 6 sollen die Jugendlichen dann schriftlich ausformulieren, was sie sagen möchten, wenn sie danach gefragt werden, warum sie in einer Wohngruppe leben. Eine prägnante und schlüssige Antwort auf diese Frage, die mit hoher Wahrscheinlichkeit irgendwann einmal aufkommen wird, parat zu haben, entlastet die Jugendlichen und bewahrt sie davor, im Affekt mehr zu erzählen, als sie eigentlich möchten oder sich von anderen stark verunsichern zu lassen. Die Jugendlichen sollen ebenfalls schriftlich festhalten, wie sie eine selbstsichere und überzeugende Absage an Fragen zu ihrer Fremdunterbringung oder weitere Nachfragen zu diesem Thema formulieren könnten, um nicht in unangenehme Diskussionen zu geraten oder andere mit einer allzu unfreundlichen Antwort vor den Kopf zu stoßen. Die Gewissheit, durch eine stimmige offizielle Geschichte auf Fragen zur eigenen Fremdunterbringung gut vorbereitet zu sein und in einer derartigen Situation selbstsicher agieren zu können, kann zur Stärkung der internalen Kontrollüberzeugung und der Selbstwirksamkeit der Jugendlichen beitragen. Darüber hinaus könnte der bewusste und selbstsichere Umgang mit der eigenen Lebenssituation auch einen Beitrag zum Aufbau und zur langfristigen Aufrechterhaltung sozialer Kontakte leisten.

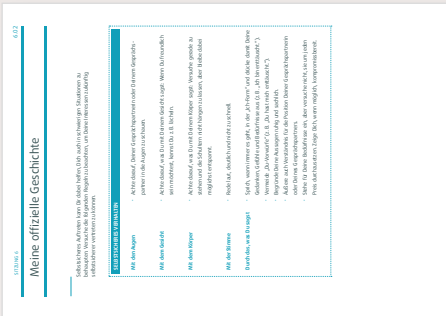
Leitgedanken und Ziele der Sitzung

- Ziel der Sitzung ist die Auseinandersetzung mit den Vor- und Nachteilen des offenen Umgangs mit der Fremdunterbringung.
- Durch die Entwicklung einer stimmigen offiziellen Geschichte, die selbstsicher vorgetragen werden kann, können Gefühle von Kontrolle und Souveränität auch in schwierigen Konfrontationssituationen erhalten bleiben.

Sitzung 6: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	• Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. • Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. • Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr*ihm geht, Klangschaale, ...	
Wiederholung	10 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt	• Gemeinsame Wiederholung der Merkmale und Aufgaben von Eltern • Wiederholung Loyalitätskonflikte („Was sind Loyalitätskonflikte?“, „Wie entstehen sie?“, „Wie kann man positiv mit ihnen umgehen?“)	
Psychoedukation zu Vor- und Nachteilen des offenen Umgangs mit der eigenen Fremdunterbringung	25 Min.	Erkennen von Vor- und Nachteilen des offenen Umgangs mit der eigenen Fremdunterbringung	• Einstieg in die Thematik mit einer Gruppendiskussion: – „Was sagen andere (Kinder/Jugendliche/Erwachsene) dazu, dass ihr in einer Wohngruppe lebt?“ – „Haben sich andere schon mal über euch lustig gemacht oder euch ablehnend behandelt, weil ihr in einer Wohngruppe lebt?“ – „Wie fühlt ihr euch in solchen Situationen?“, „Was denkt ihr?“, „Wie verhaltet ihr euch in solchen Situationen/würdet ihr euch verhalten?“ – „Erzählt ihr anderen schnell davon, dass ihr in einer Wohngruppe lebt, wenn ihr sie neu kennenlernt?“, „Warum?“, „Warum nicht?“ • Ausgabe der Workbook-Seite „Vor- und Nachteile“ (6.01). • Bearbeitung der Aufgabe: <u>„Welche Vor- und Nachteile könnte es haben, wenn du offen damit umgehst, dass du in einer Wohngruppe lebst?“</u>. Die Teilnehmenden sollen unter „Vorteilen“ aufschreiben, welche positiven Folgen sie durch den offenen Umgang mit ihrer Fremdunterbringung erwarten, und unter „Nachteilen“, welche negativen Folgen dadurch entstehen könnten. Anschließend werden Vor- und Nachteile in der Gruppe gesammelt. • Abschließende Diskussion über Vor- und Nachteile des offenen Umgangs mit der eigenen Fremdunterbringung und den Gründen dafür.	

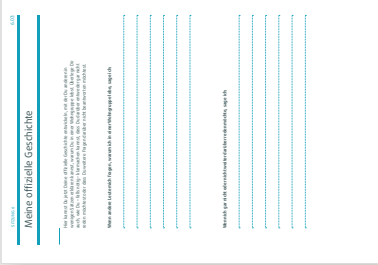
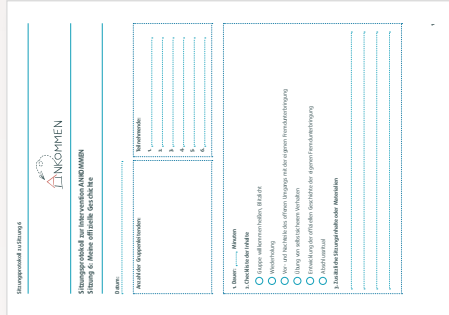
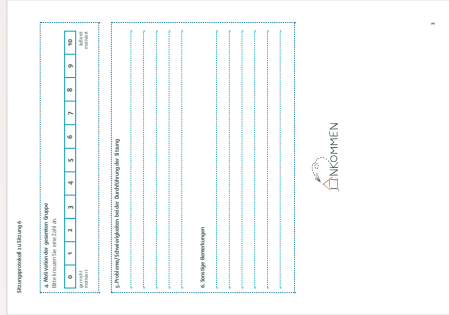
Sitzung 6: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Training von selbstsicherem Verhalten	30 Min.	Lernen, wie man sich in schwierigen Situationen selbstsicher verhält	- Vorschlag für die Überleitung zum Training von selbstsicherem Verhalten: „Früher oder später wird das Thema, wo du wohnst und warum du nicht bei deinen Eltern wohnst, wahrscheinlich aufkommen. Manchmal fragen das beispielsweise Mitschüler*innen oder andere hier in der Einrichtung. In solchen Situationen ist es wichtig, selbstsicher aufzutreten und genau zu wissen, was du erzählen möchtest und was nicht. Welche Erfahrungen habt ihr denn bisher mit Fragen zu eurer Unterbringung in dieser oder einer anderen Wohngruppe gemacht?“ - Ausgabe der Workbook-Seite „Selbstsicheres Verhalten“ (6.02): – „Selbstsicheres Auftreten kann man lernen. Hier sind ein paar wichtige Tipps aufgelistet, die du beachten solltest, um in schwierigen Situationen selbstsicher deinen Standpunkt vertreten zu können.“ – Die Teilnehmenden haben Zeit, die Regeln zu lesen und Fragen zu stellen.	

Sitzung 6: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			- Ankündigung eines Rollenspiels zur Übung von selbstsicherem Verhalten in einer schwierigen Situation: - Kurze Auflistung und Erläuterung der Feedbackregeln (siehe „Schwierigkeiten und Tipps“) am Flipchart mit Verweis auf deren Einhaltung beim folgenden Rollenspiel (Flipchart-Seite bitte für die nächste Sitzung aufbewahren). <u>Situation 1</u>: Eine Person, die die Teilnehmenden kaum kennen und der sie nicht erzählen wollen, warum sie in einer Wohngruppe leben, spricht die Teilnehmenden in der Schule an und fragt sie, warum sie nicht bei ihren Eltern wohnen. (Die Person verhält sich äußerst aufdringlich und gibt sich nicht mit einem „Nein“ zufrieden.) <u>Situation 2</u>: Eine Person, zu der die Teilnehmenden ein gewisses Vertrauen haben und der sie davon erzählen würden, warum sie in einer Wohngruppe leben, stellt den Teilnehmenden die gleiche Frage. - Die Gruppenleitenden erläutern kurz die Szenarien und suchen zwei Freiwillige für jede Rollenspielsituation. Sollten sich keine Freiwilligen finden, können die Gruppenleitenden das Rollenspiel entweder in Teilen (Rolle der fragenden Person) oder vollständig übernehmen. Es können auch Süßigkeiten oder Ähnliches als Belohnung für die Spielenden ausgegeben werden. - Feedbackrunde im Anschluss an jedes Rollenspiel mit Fokus auf den Regeln für selbstsicheres Verhalten und der Überzeugungskraft des Gesagten. - Bei ausreichend vorhandenen Zeitreserven kann jedes Rollenspiel im Anschluss an die Feedbackrunde wiederholt und die Verbesserungsvorschläge können umgesetzt werden. Danach sollte den Rollenspielenden erneut Feedback gegeben werden.	

Sitzung 6: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Entwicklung einer offiziellen Geschichte der eigenen Fremdunterbringung	15 Min.	Selbstsicherer Umgang mit Fragen nach der Wohnsituation und den Gründen dafür	- Betonung der Wichtigkeit, genau zu wissen, was man auf Fragen zur eigenen Unterbringung antworten möchte (z. B. Gefahr, mehr zu erzählen, als man möchte; Gefahr, in unangenehme Diskussionen zu geraten; Gefahr, andere vor den Kopf zu stoßen). - Ausgabe der Workbook-Seite zur Entwicklung der eigenen offiziellen Geschichte (6.03) und Bearbeitung entsprechend der abgebildeten Instruktion. - Den Teilnehmenden Unterstützung bei der Bearbeitung anbieten und darauf achten, dass die Jugendlichen selbstbewusste und schlüssige Erklärungen verfassen und sich nicht entschuldigen oder rechtfertigen. - Zum Abschluss lesen die Teilnehmenden ihre offiziellen Geschichten und ihre Absagen an unerwünschte (Nach-)Fragen vor. Die Bemühungen der Teilnehmenden sollten mit Lob und Wertschätzung quittiert werden.	
Abschlussritual	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss	Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung	 	

Sitzung 6: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

Hinweise für die Durchführung von Rollenspielen

In Rollenspielen können die Teilnehmenden verschiedene Fertigkeiten und Verhaltensstrategien spielerisch mit- und voneinander lernen. Im Folgenden werden deshalb kurz einige Grundregeln für die Durchführung von Rollenspielen erläutert.

Zunächst wird das geplante Rollenspiel mit den Teilnehmenden vorbesprochen. Zur Vorbesprechung gehört die möglichst konkrete Festlegung der Rollenspielsituation (Wo spielt die Szene? Wer ist alles anwesend?). Anschließend werden die einzelnen Rollen verteilt. Dabei sollten alle Teilnehmenden eingebunden werden. Wer nicht selbst in der Szene mitspielt, übernimmt eine beobachtende Rolle. Die Beobachter*innen werden angewiesen, genau auf bestimmte Aspekte (z. B. Mimik, Stimme, Körpersprache, Gesprächsinhalt) bei den Spielenden zu achten. Die räumliche Trennung der Vor- und Nachbesprechung und der Darstellung fördert eine konzentrierte Arbeitsatmosphäre. Beispielsweise kann in einem Stuhlkreis vorbesprochen werden und die Darstellung kann woanders im Raum auf einer „Bühne“ erfolgen. Zusätzlich kann ein Signal vereinbart werden (z. B. in die Hände klatschen), das den Beginn und das Ende des Rollenspieles anzeigt.

Im Anschluss an die Durchführung des Rollenspiels beginnt die Feedbackrunde. Dabei ist es wichtig, immer zuerst den Mut der Spielenden zu loben und ihnen für die Teilnahme zu danken. Anschließend dürfen die Spielenden sich zunächst selbst äußern, wie sie sich in der Situation gefühlt haben und wie sie ihr Verhalten selbst einschätzen. Erst dann gibt die restliche Gruppe Feedback. Dafür kann es hilfreich sein, zuvor in der Gruppe einige „Feedbackregeln“ klar zu formulieren und für alle sichtbar festzuhalten (siehe Tabelle 4). Es ist z. B. wichtig, Verhalten nur zu beschreiben und nicht zu bewerten und Kritik in Form von Verbesserungsvorschlägen zu äußern. Generell sollten immer zuerst die positiven Aspekte benannt werden, bevor Verbesserungsvorschläge formuliert werden. Die anderen Teilnehmenden können dabei durch positives Feedback und Ermutigung die Spielenden oft noch besser positiv verstärken als die Gruppenleitenden selbst.

Tabelle 4: Feedbackregeln für Rollenspiele (aus Nestler & Goldbeck, 2009).

Feedbackregeln

1. Zuerst dürfen die Spielenden selbst sprechen, dann erst der Rest der Gruppe.
2. Immer zuerst sagen, was einem gefallen hat und man gut fand, bevor man Kritik äußert.
3. Kritik als Verbesserungsvorschlag formulieren.
4. Verhalten beschreiben, nicht bewerten.
5. Bezug zu konkreten Situationen herstellen, keine Verallgemeinerungen.
6. Nur Verhaltensweisen ansprechen, die man auch ändern kann.
7. Die eigenen Beobachtungen durch andere prüfen lassen.
8. Keine scheinbar witzigen Bemerkungen: freundlich und unterstützend bleiben.

Sitzung 6: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

• Mögliche Schwierigkeiten bei der Durchführung von Rollenspielen

Sollten die Jugendlichen Hemmungen vor dem Rollenspiel haben, kann es sinnvoll sein, dass die Gruppenleitenden selbst mit einem kurzen Rollenspiel anfangen. Hierfür sollten auf jeden Fall zwei Gruppenleitende in der Sitzung anwesend sein. Überlegen Sie sich als Gruppenleitung vorher, was sie dann wie spielen würden, sodass keine Zeit für Überlegungen verloren geht.

Bei Rollenspielen besteht die Gefahr, dass die Spielenden ihre Rollen „ausreizen“ wollen und dementsprechend stark übertreiben. Hier sollten die Gruppenleitenden frühzeitig das Rollenspiel stoppen (gegebenenfalls zum Stuhlkreis zurückkehren) und an das Ziel des Rollenspiels erinnern. Anschließend kann das Rollenspiel neu gestartet werden. Gleiches gilt, wenn die Spielenden das Rollenspiel wenig ernst nehmen. In besonders schweren Fällen kann es auch notwendig sein, einen oder sogar beide Rollenspieler*innen auszuwechseln. Dennoch soll ein Rollenspiel auch Spaß machen dürfen!

Bei unfreundlicher, unkonstruktiver oder nicht verhaltensbezogener Kritik, oder wenn die Rollenspieler*innen ausgelacht oder bloßgestellt werden, sollten die Gruppenleitenden auf die vereinbarten Feedback- sowie gegebenenfalls auf die Gruppenregeln verweisen. Zudem sollte darauf geachtet werden, dass immer zuerst Gelungenes zurückgemeldet wird und negative Rückmeldungen nicht zu stark überwiegen. Bei entsprechend vorhandener Zeit können Rollenspielpartner*innen, bei denen es berechtigterweise viel Anlass zur Kritik gab, das Rollenspiel wiederholen und so zeigen, dass sie es auch besser können. Anschließend sollten sie dafür ausgiebig gelobt werden.

- In den Rollenspielen sollte von den Gruppenleitenden aktiv auf die Zeit geachtet werden, sodass am Ende der Stunde noch genügend Zeit bleibt, die offizielle Geschichte zu schreiben und kurz vorzustellen. Am Anfang der siebten Sitzung ist dann genügend Zeit, um die offizielle Geschichte nochmal durchzugehen und zu überarbeiten.
- Es sollte sichergestellt werden, dass die Frage zu Vor- und Nachteilen des offenen Umgangs mit der eigenen Fremdunterbringung nicht falsch verstanden wurde und die Jugendlichen stattdessen Vor- und Nachteile der Fremdunterbringung aufschreiben. Im Zweifelsfall nochmal nachfragen oder gemeinsam ein Beispiel für jede Spalte der Tabelle suchen.
- Um die Aussagekraft der Körpersprache zu vertiefen, kann als Beobachtungsaufgabe gegeben werden, sich das Verhalten anderer Jugendlicher anzuschauen und deren Körpersprache zu interpretieren. Zu Beginn der nächsten Sitzung können sich die Teilnehmenden dann über ihre Erfahrungen austauschen.

Sitzung 7: Rational

2.4.10 Sitzung 7: Brieffreunde

Fokus liegt auf: Reflexion der gemachten Erfahrungen und Bewusstmachung eigener Stärken



Abbildung 19: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 7.

Rational der Sitzung

In der siebten Sitzung werden die Teilnehmenden gebeten, einen Brief an einen imaginativen Jugendlichen zu schreiben, der neu in die Wohngruppe einzieht. Dabei sollen sie dem*der Jugendlichen auf Basis ihrer eigenen Erfahrungen Tipps und Ratschläge geben, wie er*sie diese Situation gut meistern kann. Durch das Schreiben des Briefes reflektieren die Teilnehmenden ihre eigenen Erlebnisse und nehmen eine „Expertenrolle“ für die Bewältigung von mit einer Fremdunterbringung einhergehenden Schwierigkeiten ein. In der Vergangenheit von den Teilnehmenden selbst angewandte hilfreiche Strategien (z. B. Kontakt mit Mitbewohner*innen und Betreuenden suchen, Teilnahme an sozialen Aktivitäten) oder im Rahmen der Intervention neu erlernte Strategien für den Umgang mit aversiven Gedanken und Gefühlen und mit schwierigen Situationen (z. B. Anwendung des Kognitiven Dreiecks, Austausch über schwierige Aspekte der Vergangenheit und Gegenwart mit anderen, Akzeptanz) werden dadurch wiederholt und gefestigt. Zudem können die Jugendlichen bei sich selbst Verbesserungen im Umgang mit schwierigen Aspekten der eigenen Fremdunterbringung und im Alltagsleben in der Wohngruppe erkennen, was zu einer Stärkung ihrer Selbstwirksamkeit beiträgt. Nachdem sich die Teilnehmenden beim Schreiben des Briefes ihre eigenen Ressourcen und Bewältigungsstrategien bewusstmacht haben, werden die Briefe im zweiten Schritt in der Gruppe vorgelesen und die von den Teilnehmenden genannten Ressourcen und Bewältigungsstrategien gemeinsam besprochen. Die Teilnehmenden können dabei im Austausch miteinander weitere Bewältigungsstrategien und Ressourcen kennenlernen und diese in ihr eigenes Repertoire integrieren. Die von den Teilnehmenden eingebrachten hilfreichen Tipps sowie Aussagen der Teilnehmenden im Rahmen der Diskussion der Briefe zu eigenen Fortschritten im Umgang mit der aktuellen Situation können darüber hinaus von den Gruppenleitenden und von den anderen Teilnehmenden positiv verstärkt werden. Dieser ressourcenorientierte Blick zurück

Sitzung 7: Rational

kann den Teilnehmenden dabei helfen, ihr persönliches Wachstum durch die Überwindung zahlreicher Schwierigkeiten in der Vergangenheit zu erkennen und als Experten*innen für aktuelle und zukünftige Herausforderungen gestärkt in die Zukunft blicken zu können.

Im Rahmen der Interventionsentwicklung wurde mit unseren Partnereinrichtungen diskutiert, die in Sitzung 7 entstandenen Briefe der Teilnehmenden in anonymisierter Form tatsächlich an Neuankommende in den Wohngruppen (z. B. im Rahmen einer Willkommensmappe) zu übergeben. Dies könnte neuen Jugendlichen den Start in der Einrichtung erleichtern und würde zugleich zur Steigerung des Selbstwertes des Erstellers oder der Erstellerin sowie zur Steigerung der Schreibmotivation der Teilnehmenden in der Gruppensitzung beitragen. Sollte dieses Vorgehen von Seiten der Einrichtung gewünscht sein, müssen die Teilnehmenden der Weitergabe des Briefes explizit zustimmen. Darüber hinaus bestünde die Möglichkeit im Rahmen der Diskussion der individuellen Briefe gemeinsam Punkte für einen allgemeinen Willkommensbrief zu sammeln (z. B. am Flipchart), welcher dann anschließend von den Gruppenleitenden ausformuliert werden könnte.

Im Anschluss an die Diskussion der Briefe sollen die Teilnehmenden auf kleine Zettel drei positive Dinge über einen anderen Teilnehmenden (bezüglich dessen Aussehen, Charakter und Fähigkeiten) schreiben. Diese Übung dient ebenfalls der Steigerung des Selbstwertes der Teilnehmenden.

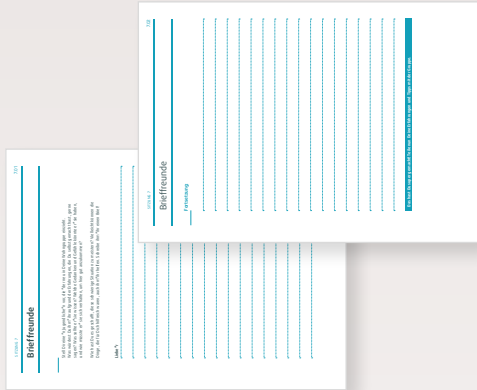
Leitgedanken und Ziele der Sitzung

- Die Teilnehmenden haben in ihrem bisherigen Leben schon viele schwierige Situationen gemeistert und sind Expert*innen darin, wie das Leben in einer Wohngruppe funktioniert.
- Sich selbst als Expert*in für schwierige Lebenssituationen wahrzunehmen stärkt die Selbstwirksamkeit.
- Das Erkennen von persönlichem Wachstum durch die Reflexion von positiven Entwicklungen in der aktuellen Wohngruppe stärkt ebenfalls die Selbstwirksamkeit und den Selbstwert der Teilnehmenden.

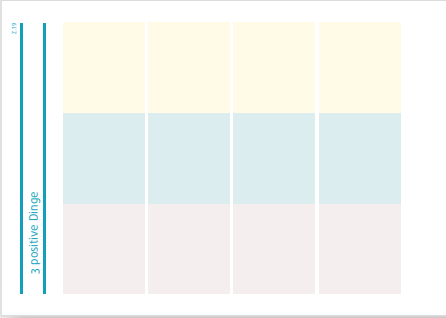
Sitzung 7: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	- Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. - Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. - Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr*ihm geht, Klangschaale, ...	
Wiederholung	20 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt	- Die Teilnehmenden lesen ihre offizielle Geschichte aus der letzten Sitzung erneut für sich selbst. - Die Feedbackregeln werden erneut aufgehängt und die Regeln für selbstsicheres Verhalten werden kurz wiederholt. - Die Jugendlichen üben in Zweiergruppen mit wechselnden Rollen ihre Geschichten und Absagen an unerwünschte (Nach-)Fragen im Rollenspiel und geben sich gegenseitig Feedback. Der Fokus liegt dabei auf den Regeln für selbstsicheres Verhalten und auf der Einhaltung persönlicher Grenzen. Die Gruppenleitenden beobachten und unterstützen/coachen bei Bedarf. - Den Jugendlichen sollte bei Bedarf die Möglichkeit gegeben werden, Ergänzungen oder Überarbeitungen an ihren offiziellen Geschichten vorzunehmen.	
Brief an eine*n andere*n Jugendliche*n in der gleichen Situation	25 Min.	Die Jugendlichen erleben sich als selbstwirksam und als Expert*innen für die Lösung ihrer eigenen Probleme	Mögliche Überleitung zum Brief an die*den andere*n Jugendliche*n in der gleichen Situation: „Wir haben ja nun schon öfter darüber gesprochen, wie ihr hierher in eure jetzige Wohngruppe gekommen seid. Denkt noch einmal daran und versetzt euch zurück in diese Situation. Stellt euch nun ein Kind oder eine*n Jugendliche*n vor, der in der gleichen Situation ist, wie ihr damals wart, als ihr hier angekommen seid. Was würdet ihr ihm*ihm* ihr aufgrund der Erfahrungen, die ihr selbst gemacht habt, gerne sagen?“	

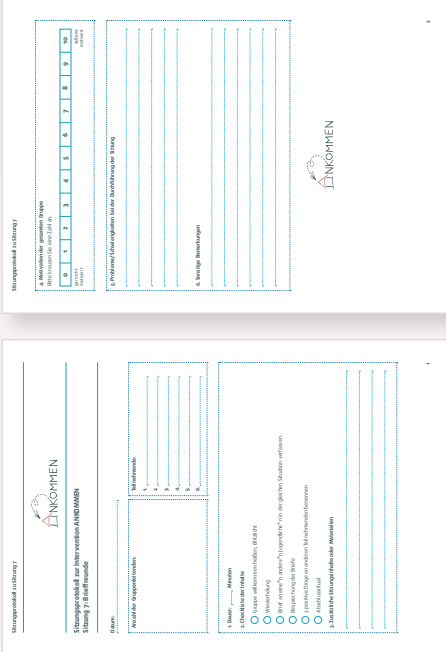
Sitzung 7: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			• Ausgabe der Workbook-Seiten „Brieffreunde“ (7.01–7.02). Auf der ersten Seite befindet sich die genaue Instruktion zum Verfassen des Briefes. • Die Gruppenleitenden sollten sich im Verlauf ein Bild über den Fortschritt aller Teilnehmenden machen. Dabei sollten die Teilnehmenden für ihre Arbeit gelobt und zur Weiterarbeit motiviert werden. Wichtig ist, dass die Jugendlichen zunächst anfangen irgendetwas zu schreiben, auch wenn es sich aus objektiver Sicht nur um nicht allzu wichtige Details handelt. Sollten einzelne Teilnehmende nicht weiterkommen oder nichts schreiben, kann eine*r der Gruppenleitenden versuchen, die*den Teilnehmenden* individuell zu unterstützen. Gegebenenfalls kann es hilfreich sein, den Zeitraum der Betrachtung zunächst einzugrenzen (z. B. auf die ersten beiden Tage nach der eigenen Ankunft) und darauf aufbauend Entwicklungen und Veränderungen bis zum jetzigen Zeitpunkt abzuleiten.	
Diskussion	25 Min.	Diskussion	• Die Teilnehmenden können ihren Brief vorlesen oder zusammengefasst erzählen. • Die in den Briefen enthaltenen Ressourcen und positiven Bewältigungsstrategien werden zusammengetragen und gemeinsam besprochen. Wenn möglich können die Inhalte auf einem Flipchart gesammelt werden. • Sollten Teilnehmende sehr wenig geschrieben haben, können durch Nachfragen zu Details der Ereignisse oder zu Gedanken und Gefühlen eventuell noch weitere positive Erlebnisse oder Errungenschaften offengelegt werden. Dabei können auch die anderen Teilnehmenden einbezogen werden (z. B. „Wie habt ihr denn ... zu Beginn hier erlebt? Wie hat er*sie sich seitdem verändert/entwickelt? Wodurch ist ihm*ihr das gelungen?“) • Die Schreibearbeit aller Teilnehmenden sollte wertgeschätzt und die individuelle Überwindung von Schwierigkeiten sowie das bisher Erreichte sollten ausgiebig gelobt werden.	

Sitzung 7: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
3 positive Dinge an einem anderen Teilnehmenden benennen	10 Min.	Stärkung des Selbstwertes	• <u>Notwendige Vorbereitung:</u> Ausschneiden der farbigen Zettel in entsprechender Anzahl anhand der Vorlage „3 positive Dinge“ (siehe Seite Z. 19 im Zusatzmaterial Workbook). • Alle Teilnehmenden erhalten jeweils drei Kärtchen in unterschiedlichen Farben. Anschließend bekommt jede*r Teilnehmende eine*n andere*n Teilnehmende*n zugewiesen. Auf jedes farbige Kärtchen sollen die Jugendlichen nun etwas Positives über die ihnen zugewiesene Person schreiben. Auf das erste Kärtchen etwas Positives über deren Aussehen, auf das zweite Kärtchen etwas Positives über deren Charakter und auf das dritte Kärtchen etwas, was die Person gut kann (eine Fähigkeit). Anschließend erhalten die Teilnehmenden ihre Kärtchen und dürfen diese, wenn sie möchten, laut vorlesen. Anschließend können die übrigen Teilnehmenden dazu eingeladen werden weitere positive Eigenschaften der Person zu ergänzen. • Die Gruppenleitenden können ebenfalls mitmachen, das stärkt die Beziehung und den (Gruppen-)Zusammenhalt.	
Abschlussritual und Planung der Abschlussfeier	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss und Planung der Abschlussfeier	• Besprechung und Planung der Abschlussfeier. • Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	

Sitzung 7: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung		

Sitzung 7: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- Die Leitfragen der Instruktion des Briefes (siehe S. 7.01) können gemeinsam mit den Teilnehmenden übersichtlich auf ein Flipchart geschrieben werden, sodass sie während der Arbeit und in der anschließenden Gruppendiskussion für alle präsent sind.
- Bei allgemein fehlender Motivation, den Brief zu verfassen, kann in der Gruppe gemeinsam die Fallvignette eines*iner imaginären Jugendlichen erarbeitet werden, der*die neu in die Wohngruppe einzieht (Name, Alter, vorherige/r Wohnort/e, äußere Erscheinung). Die Gruppenleitenden können sich gerne auch bereits vorab eine kurze Fallgeschichte überlegen, die dann gemeinsam ausgeschmückt wird.
- Es ist auch möglich, die Themen, die die Jugendlichen in den Brief aufnehmen möchten gemeinsam zu sammeln und auf Karteikarten/bunten Zetteln zu verschriftlichen. Diese können dann an ein Flipchart gepinnt und diskutiert werden. Anschließend kann aus den Zetteln gemeinsam ein Brief formuliert werden, welcher dann von den Gruppenleitenden verschriftlicht und in der nächsten Stunde den Jugendlichen für ihr Workbook ausgeteilt wird.
- Anstelle des individuellen Briefes, können auch „10 goldene Regeln“ für das Ankommen in der Einrichtung gemeinsam formuliert werden. Diese sollten dann ebenfalls im Workbook festgehalten werden. Achten Sie bei der Erstellung jedoch darauf, dass die Jugendlichen Bezug zu ihren eigenen Erfahrungen beim Ankommen in der Wohngruppe nehmen.
- Durch kontinuierliches Lob der Gruppenleitenden während des Schreibprozesses fühlen sich die Teilnehmenden positiv verstärkt und es wird ihnen leichter fallen, den Brief zu schreiben.
- Sollten Teilnehmenden bei der Aufgabe „3 positive Dinge“ keine positiven Eigenschaften der ihnen zugewiesenen Person einfallen, können die Zettel auch gemeinsam mit einem der Gruppenleitenden oder gemeinsam mit einem anderen Teilnehmenden ausgefüllt werden.
- Die Gruppenleitenden sollten bei der Aufgabe „3 positive Dinge“ einige Kärtchen in Reserve dabei haben, falls Teilnehmende die Aufgabe nicht ernst nehmen und unpassende Dinge auf die Kärtchen schreiben. Die Teilnehmenden könnten dann entweder neue Kärtchen mit der Bitte um ernsthafte Bearbeitung der Aufgabe ausgeteilt bekommen oder es werden gemeinsam in der Runde positive Eigenschaften der betreffenden Person gesammelt und von den Gruppenleitenden auf die neuen Kärtchen geschrieben.
- Sollte die Zeit knapp werden, kann die Übung „3 positive Dinge“ in die nächste Sitzung verschoben werden.

Sitzung 8: Rational

2.4.11 Sitzung 8: Ausblick und Abschluss

Fokus liegt auf: Zukunftsperspektiven und positivem Abschluss



Abbildung 20: Zeitlicher Ablauf von Sitzung 8.

Rational der Sitzung

Zu Beginn der achten Sitzung werden die Teilnehmenden dazu angeregt, ihren Blick durch die Formulierung von konkreten Wünschen und Zielen auf die Zukunft zu richten. Sie sollen ihre Wünsche und Ziele gemeinsam mit Ideen für konkrete Schritte zur Zielerreichung aufschreiben. Außerdem soll notiert werden, welche eigenen Stärken bei der Zielerreichung hilfreich sind und welche Personen die Jugendlichen zusätzlich unterstützen könnten. Die anschließende Vorstellung und Besprechung der persönlichen Ziele, Stärken und Pläne bietet für die Gruppenleitenden und die anderen Gruppenmitglieder viele Möglichkeiten, die Stärken der Teilnehmenden herauszustellen und diese beim Aufbau von Motivation für die Erreichung ihrer Ziele zu unterstützen. Die Teilnehmenden sollen in dieser Sitzung vermittelt bekommen, dass sie auf ihrem bisherigen Weg bereits viele Schwierigkeiten erfolgreich überwunden haben und deshalb mit einer positiven Erfolgserwartungen nach vorne blicken und sich neuen Herausforderungen stellen können. Darüber hinaus können sich die Teilnehmenden von den Zielen und Plänen der anderen Teilnehmenden inspirieren lassen. Als optionale Erweiterung kann den Jugendlichen im Anschluss ein Problemlöseschema zur selbstständigen Vertiefung des konstruktiven Umgangs mit Barrieren und Schwierigkeiten bei der Zielerreichung ausgehändigt oder bei Bedarf auch exemplarisch mit den Teilnehmenden durchgearbeitet werden.

Mit einem kurzen Rückblick auf das Gelernte reflektieren die Teilnehmenden schließlich noch einmal, was sie im Verlauf der Intervention über sich selbst und über den Umgang mit schwierigen Situationen gelernt haben und formulieren anschließend konkrete Maßnahmen, die sie ergreifen können, damit es ihnen gut geht. Das Festhalten von konkreten Handlungsmöglichkeiten zur Steigerung oder Aufrechterhaltung des eigenen Wohlbefindens vermittelt den Teilnehmenden die Sicherheit, auch bei zukünftigen Herausforderungen den „Kopf über Wasser“ halten zu können. Das

Sitzung 8: Rational

trägt zur Steigerung ihrer Selbstwirksamkeitserwartung bei. Der abschließende „Gute-Wünsche-Zettel“, in dem die Teilnehmenden gute Wünsche für die Zukunft und Komplimente aneinander richten, soll ebenfalls dazu beitragen, dass die Teilnehmenden ihren Blick auf das Positive richten und zum Abschluss der Intervention mit gesteigertem Selbstwert, gestärkter Selbstwirksamkeit und konkreten Zielen optimistisch in die Zukunft blicken können.

Bei der Abschlussfeier sollen alle Teilnehmenden nochmals ausgiebig für die Bewältigung individueller Schwierigkeiten, für die vollständige Teilnahme an der Intervention und für die Auseinandersetzung mit ihren teils belastenden Erlebnissen gelobt werden. Die Teilnehmenden können stolz auf das sein, was sie geschafft haben. Die Urkundenverleihung soll deshalb Ausdruck der Anerkennung der individuellen Leistung und der Wertschätzung der Teilnehmenden sein. Auch das nun vollständige Workbook hat als Dokumentation der Auseinandersetzung der Teilnehmenden mit ihrer Fremdunterbringungsgeschichte einen hohen Symbolwert für das Geleistete und sollte dementsprechend gewürdigt werden. Die Jugendlichen können zudem in Zukunft auf ihr Workbook als Gedächtnisstütze und als „Toolbox“ zurückgreifen.

Die Abschlussfeier ist auch für die Gruppenleitenden Anlass zur Freude und zur Reflexion. Sie haben die Teilnehmenden erfolgreich durch die Intervention geführt und dabei ebenfalls viel geleistet. Die Abschlussfeier soll deshalb nicht nur für die Jugendlichen, sondern auch für die Gruppenleitenden als positiver Abschluss und als Würdigung der geleisteten Arbeit dienen und darf dementsprechend auch genossen werden!

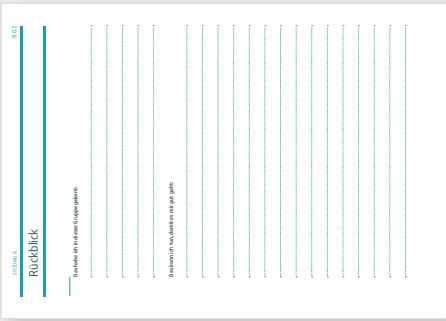
Leitgedanken und Ziele der Sitzung

- Ziel der letzten Sitzung ist die positive Verstärkung von Erreichtem sowie die Fokussierung auf positive Zukunftsperspektiven.
- Auch die erfolgreiche Teilnahme an dem Interventionsprogramm und die damit einhergehende Auseinandersetzung mit schwierigen Aspekten der eigenen Geschichte ist ein großer Erfolg.
- Der gemeinsame Prozess soll gewürdigt und gefeiert werden.

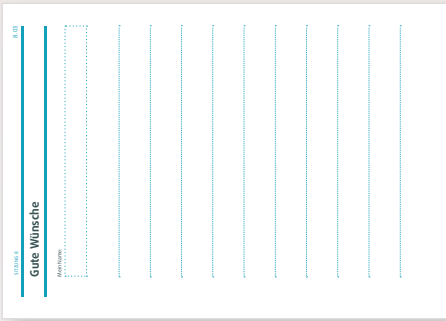
Sitzung 8: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Begrüßung und Blitzlicht	5 Min.	Gemeinsamer Beginn der Sitzung	- Alle Teilnehmenden werden freundlich begrüßt. - Blitzlicht: Alle setzen sich in einen Stuhlkreis und berichten kurz, wie es ihnen heute geht und was sie vor der Sitzung gemacht haben. - Nutzen Sie gerne möglicherweise bekannte Methoden wie „Feder und Stein“ oder ausgedruckte Smileys, mit Hilfe derer jede*r sagen kann, wie es ihr*ihm geht, Klangschaale, ...	
Wiederholung	10 Min.	Inhalte der vorigen Sitzung werden besser gemerkt	- Die Teilnehmenden lesen für sich selbst ihren Brief an die*den andere*n Jugendliche*n. - Die in den Briefen enthaltenen Ressourcen und positiven Bewältigungsstrategien werden in der Gruppe zusammenfassend besprochen. - Die Teilnehmenden werden erneut für die Bewältigung von Schwierigkeiten und das bisher Erreichte gelobt. Es kann auch gefragt werden, an welches positive Feedback aus der letzten Stunde sich die Teilnehmenden noch erinnern.	
Wünsche, Ziele, Zukunftspläne	30 Min.	Perspektiven schaffen durch die Formulierung von Wünschen und Zielen für die Zukunft	- Ausgabe der Workbook-Seite „Meine Zukunft“ (8.01) - Die Teilnehmenden sollen sich in Einzelarbeit überlegen, was ihre wichtigsten Ziele und Wünsche für die (nahe) Zukunft sind, welche stärken ihnen bei der Zielerreichung helfen könnten, welche konkreten Maßnahmen sie ergreifen könnten, um ihren Zielen näher zu kommen und wer ihnen dabei helfen könnte. - Es sollte darauf geachtet werden, dass die von den Teilnehmenden formulierten Ziele positiv und realistisch sind. - Anschließend stellen die Teilnehmenden den anderen Gruppenmitgliedern ihre Ziele und Pläne vor. - Die Teilnehmenden sollten im Hinblick auf die Erreichung ihrer Ziele positiv verstärkt und motiviert werden. Die Botschaft sollte sein: „Du hast bisher schon so viel geschafft, du kannst deine Ziele erreichen!“ - Die Gruppenleitenden können die Übung ebenfalls mitmachen und ihre Ziele, Wünsche, Stärken und Pläne vorstellen.	

Sitzung 8: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
			• Zur Vertiefung des konstruktiven Umgangs mit Schwierigkeiten bei der Planung und Umsetzung von eigenen Zielen und Wünschen kann den Jugendlichen das Problemlöseschema im Zusatzmaterial des Workbooks (Z. 15-Z. 18) empfohlen werden. Bei Interesse der Teilnehmenden und genügend zeitlichem Spielraum kann gemeinsam mit den Jugendlichen modellhaft ein Problem mit Hilfe des Schemas gelöst werden. Bei der Auswahl des zu lösenden Problems sollten die Gruppenleitenden darauf achten, dass das Problem möglichst konkret und durch Einflussnahme der betroffenen Person lösbar ist.	
Rückblick und Vorsorge	20 Min.	Reflexion des Gelernten und Transfer in den Alltag	• Die Teilnehmenden beantworten auf der Workbook-Seite „Rückblick“ (8.02) schriftlich die Fragen danach, was sie im Rahmen der Gruppenarbeit gelernt haben und was sie tun können, damit es ihnen gut geht. • Anschließend werden die Antworten gemeinsam in der Gruppe gesammelt und besprochen.	 The image shows a worksheet titled '8.02 Rückblick' from a workbook. It contains two sections: 'Rückblick: Was hast du in dieser Gruppe gelernt?' and 'Übertrage es: Was kannst du mit dem Gelernten tun?' Each section has a series of horizontal lines for writing.

Sitzung 8: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Gute Wünsche für alle Gruppenmitglieder	10 Min.	Stärkung des Selbstwertes	- Alle Teilnehmenden bekommen die Workbook-Seite „Gute Wünsche“ (8.03) ausgeteilt und schreiben ihren Namen in die Kopfzeile. Das Blatt wird anschließend an die rechts sitzende Person weitergegeben. Die rechts sitzende Person schreibt etwas, das er*sie an der Person schätzt oder mag sowie einen guten Wunsch für die Person, deren Name oben auf dem Blatt steht, in die markierte Fläche des Blattes unter dem Namen. Dann wird das Blatt entlang der vorgegebenen Linie umgeknickt und an die nächste Person nebenan weitergegeben, sodass diese nicht sieht, was zuvor geschrieben wurde. Die nächste Person schreibt anschließend ebenfalls sein* ihr Kompliment und seinen* ihren Wunsch für die Person, deren Name oben auf dem Blatt steht, auf und gibt das Blatt dann ebenfalls gefaltet weiter. So schreiben alle Teilnehmenden ein Kompliment und einen guten Wunsch für jede Person in der Gruppe auf. - Die Gruppenleitenden können ebenfalls mitmachen, das stärkt die Beziehung und den (Gruppen-)Zusammenhalt. - Die Wünsche und Komplimente können anschließend vorgelesen werden. - Anschließend wird die letzte Workbook-Seite ausgegeben.	
Abschlussritual	5 Min.	Gemeinsamer positiver Abschluss	Die ganze Gruppe führt das gemeinsame Abschlussritual durch.	

Sitzung 8: Praktische Durchführung

Um was geht's?	Zeit	Ziel	Umsetzung	Dazugehörige Seiten im Workbook
Ende und Abschlussfeier		Positiver Abschluss der Intervention und Stärkung des Selbstwertes der Teilnehmenden	- Die Abschlussfeier kann nach den Wünschen der Teilnehmenden und der Gruppenleitenden gestaltet werden. - Zu Beginn der Abschlussfeier werden feierlich die Urkunden überreicht. Andere Kleinigkeiten (Fotos, Postkarten o. ä.) können als Erinnerung an den gemeinsamen Gruppenprozess ebenfalls gerne verteilt werden.	
Sitzungsprotokoll		Reflexion und Dokumentation der Sitzung		

Sitzung 8: Mögliche Schwierigkeiten und Tipps

- In der letzten Sitzung kann am Anfang etwas Zeit eingeplant werden, um ausführlich auf alle Sitzungen zurückzublicken (eventuell kann das Workbook gemeinsam durchgeblättert werden). So werden alle Inhalte nochmal wiederholt und allen wird bewusst, was sie geleistet haben. Hierbei können die Teilnehmenden und Gruppenleitenden sammeln was sie schön/gut fanden, bzw. was ihnen im Alltag geholfen hat.
- Falls Teilnehmende Schwierigkeiten haben, Ziele für die Zukunft zu formulieren, können die Gruppenleitenden die Person fragen, wie sie sich ihre Lebensumstände in zwei oder fünf Jahren vorstellt (Wo wohnst du? Welche Ausbildung/Schule/Studium machst du? Was soll in deinem Leben dann anders sein als jetzt? Wen möchtest du in deiner Nähe haben ...?).
- Falls eine teilnehmende Person gar keine Wünsche, Ziele oder Stärken benennen kann, kann die „Menü-Technik“ angewendet werden: Eine Auswahl von Wünschen, Zielen und Stärken wird vorgeschlagen und der*die Teilnehmende kann sich etwas aussuchen.
- Sollten Teilnehmende sehr pessimistische Zukunftsperspektiven, Zukunftsängste oder Gefühle von Hoffnungslosigkeit (z. B. „Egal was ich mache, es klappt ja eh nicht“) äußern, ist es hilfreich, dem mit Verständnis zu begegnen, die Situation zu normalisieren und die Gedanken in positive Bahnen zu lenken („Viele Menschen haben Ängste und Sorgen, wenn sie an ihre Zukunft denken. Dennoch können auch diese Menschen Träume, Wünsche und Ziele haben.“).
- Schwer erreichbare Fernziele (z. B. für den FC Barcelona in der Champions League spielen) sollten gemeinsam in leichter erreichbare Nahziele umformuliert werden (z. B. erstmal für den Verein der Stadt spielen und dann vielleicht aufsteigen).
- Falls Teilnehmende ihre Workbooks nicht mitnehmen möchten, ist das völlig in Ordnung. Die Gruppenleitenden können dann mit dem Einzelnen besprechen, was mit dem Workbook passieren soll (entsorgen, in der Einrichtung aufheben etc.).
- Das optionale Arbeitsblatt mit dem Problemlöseschema kann, anstatt es klassisch durchzuarbeiten, auch in Abschnitte zerteilt und gemeinsam mit den Jugendlichen wieder zusammengepuzzelt werden.

Viel Erfolg und gutes Gelingen bei der Durchführung!



Literatur

Achenbach, T. M. (1991a). *Manual for the Child Behavior Checklist/4-18 and 1991 Profile*. University of Vermont, Department of Psychiatry.

Achenbach, T. M. (1991b). *Manual for the Youth Self-Report and 1991 Profile*. University of Vermont, Department of Psychiatry.

Atwool, N. (2017). Life Story Work: Optional Extra or Fundamental Entitlement? *Child Care in Practice*, 23(1), 64–76.

Auslander, W., McGinnis, H., Tlapek, S., Smith, P., Foster, A., Edmond, T. & Dunn, J. (2017). Adaptation and implementation of a trauma-focused cognitive behavioral intervention for girls in child welfare. *American Journal of Orthopsychiatry*, 87(3), 206–215.

Baker, A. J. L., Creegan, A., Quinones, A. & Rozelle, L. (2016). Foster children's views of their birth parents: A review of the literature. *Children and Youth Services Review*, 67, 177–183.

Bernstein, D. P. & Fink, L. (1998). *Childhood trauma questionnaire: A retrospective self-report: Manual*. Harcourt Brace & Company.

Blower, A., Addo, A., Hodgson, J., Lamington, L. & Towilson, K. (2004). Mental Health of 'Looked After' Children: A Needs Assessment. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 9(1), 117–129.

Burlingame, G. M., McClendon, D. T. & Alonso, J. (2011). Cohesion in group therapy. *Psychotherapy*, 48(1), 34–42.

Cicchetti, D. (2013). Annual research review: Resilient functioning in maltreated children – past, present, and future perspectives. *Journal of child psychology and psychiatry*, 54(4), 402–422.

Cohen, J. A., Mannarina, A. P. & Beblinger, E. (2009). *Traumafokussierte kognitive Verhaltenstherapie bei Kindern und Jugendlichen*. Springer.

Cohrdes, C. & Mauz, E. (2020). Self-efficacy and emotional stability buffer negative effects of adverse childhood experiences on young adult health-related quality of life. *Journal of Adolescent Health*, 67(1), 93–100.

Cook-Cottone, C. & Beck, M. (2007). A model for life-story work: Facilitating the construction of personal narrative for foster children. *Child and Adolescent Mental Health*, 4, 193–195.

Department for Education (2014). *Statutory Guidance on Adoption for Local Authorities, Voluntary Adoption Agencies and Adoption Support Agencies*. www.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/321968/Adoption_Statutory_Guidance_2014.pdf

Fahlberg, V. (1988). *Fitting the Pieces Together*. British Agencies for Adoption and Fostering.

Farineau, H. M., Stevenson Wojciak, A. & McWey, L. M. (2013). You matter to me: Important relationships and self-esteem of adolescents in foster care. *Child & Family Social Work*, 18(2), 129–138.

Gallagher, B. & Green, A. (2012). In, out and after care: Young adults' views on their lives, as children, in a therapeutic residential establishment. *Children and Youth Services Review*, 34(2), 437–450.

Literatur

- Gullo, S., Lo Coco, G., Di Fratello, C., Giannone, F., Mannino, G. & Burlingame, G. (2015). Group climate, cohesion and curative climate. A study on the common factors in group process and their relation with members attachment dimensions. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 18(1), 10–20.
- Habermas, T. & Bluck, S. (2000). Getting a life: The emergence of the life story in adolescence. *Psychological Bulletin*, 126(5), 748–769.
- Hammond, S. P., Young, J. & Duddy, C. (2020). Life story work for children and young people with care experience: A scoping review. *Developmental Child Welfare*, 2(4), 293–315.
- Hohm, E., Laucht, M., Zohsel, K., Schmidt, M. H., Esser, G., Brandeis, D. & Banaschewski, T. (2017). Resilienz und Ressourcen im Verlauf der Entwicklung. *Kindheit und Entwicklung*, 26(4), 230–239.
- Jaritz, C., Wiesinger, D. & Schmid, M. (2008). Traumatische Lebensereignisse bei Kindern und Jugendlichen in der stationären Jugendhilfe. *Trauma & Gewalt*, 2(4), 266–277.
- Kroenke, K., Spitzer, R. L. & Williams, J. B. W. (2001). The PHQ-9. *Journal of General Internal Medicine*, 16(9), 606–613.
- Kurnatowski, V., Hofmann, L. & Jungbauer, J. (2018). Ergebnisse einer Expertenbefragung in Deutschland und Grossbritannien. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 67(8), 767–784.
- Läntzsch, S., Fegert, J. M., Pfeiffer, E., Witt, A. & Rassenhofer, M. (2022). Potenzielle Inhalte und Rahmenbedingungen einer Gruppenintervention für Jugendliche zur Aufarbeitung der eigenen Fremdunterbringung. *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 71(1), 55–71.
- Lattschar, B. & Wiemann, I. (2018). *Mädchen und Jungen entdecken ihre Geschichte. Grundlagen und Praxis der Biografiearbeit* (5. Aufl.). Beltz Juventa.
- Lockwood, K. K., Friedman, S. & Christian, C. W. (2015). Permanency and the Foster Care System. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care*, 45(10), 306–315.
- Masten, A. S. (2014). Global perspectives on resilience in children and youth. *Child Development*, 85(1), 6–20.
- McLean, K. C. (2005). Late adolescent identity development: Narrative meaning making and memory telling. *Developmental Psychology*, 41(4), 683–691.
- Mitchell, M. B. (2018). “No one acknowledged my loss and hurt”: Non-death loss, grief, and trauma in foster care. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 35(1), 1–9.
- Mulfinger, N., Müller, S., Böge, I., Sakar, V., Corrigan, P. W., Evans-Lacko, S. et al. (2018). Honest, Open, Proud for adolescents with mental illness: pilot randomized controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(6), 684–691.
- Nestler, J. & Goldbeck, L. (2009). *Soziale Kompetenz. Training für lernbehinderte Jugendliche SOKO*. Beltz.
- Newton, R. R., Litrownik, A. J. & Landsverk, J. A. (2000). Children and youth in foster care: distangling the relationship between problem behaviors and number of placements. *Child Abuse & Neglect*, 24(10), 1363–1374.

Literatur

Pfeiffer, E. & Goldbeck, L. (2017). Evaluation of a trauma-focused group intervention for unaccompanied young refugees: A pilot study. *Journal of Traumatic Stress*, 30(5), 531–536.

Pfeiffer, E., Sachser, C., Rohlmann, F. & Goldbeck, L. (2018). Effectiveness of a trauma-focused group intervention for young refugees: A randomized controlled trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 59(11), 1171–1179.

Pfeiffer, E. & Goldbeck, L. (2019). *Traumafokussierte pädagogische Gruppenintervention für junge Flüchtlinge. Das Programm „Mein Weg“*. Hogrefe.

Rolfsnes, E. S. & Idsoe, T. (2011). School-based intervention programs for PTSD symptoms: A review and meta-analysis. *Journal of Traumatic Stress*, 24(2), 155–165.

Rosendahl, J., Alldredge, C. T., Burlingame, G. M. & Strauss, B. (2021). Recent developments in group psychotherapy research. *American Journal of Psychotherapy*, 74(2), 52–59.

Roth, M., Decker, O., Herzberg, P. Y. & Brähler, E. (2008). Dimensionality and norms of the Rosenberg Self-Esteem Scale in a German general population sample. *European Journal of Psychological Assessment*, 24(3), 190–197.

Ryan, T. & Walker, R. (2007). *Wo gehöre ich hin? Biografiearbeit mit Kindern und Jugendlichen*. Beltz Juventa.

Sachser, C., Berliner, L., Risch, E., Rosner, R., Birkeland, M. S., Eilers, R., Hafstad, G. S., Pfeiffer, E., Plener, P. L. & Jensen, T. K. (2022). The child and Adolescent Trauma Screen 2 (CATS-2) – validation of an instrument to measure DSM-5 and ICD-11 PTSD and complex PTSD in children and adolescents. *European Journal of Psychotraumatology*, 13(2), 2105580.

Samuels, G. M. (2009). Ambiguous loss of home: The experience of familial (im)permanence among young adults with foster care backgrounds. *Children and Youth Services Review*, 31(12), 1229–1239.

Schepp, S., Fegert, J. M., Pfeiffer, E., Witt, A. & Rassenhofer, M. (2024). Framework and effects of the life story work based group intervention ANKOMMEN for adolescents in residential care in Germany. A qualitative analysis of interviews with participants. *Children and Youth Services Review*, 163, 107692.

Schepp, S., Fegert, J. M., Rassenhofer, M., Witt, A. & Pfeiffer, E. (im Druck). Evaluation of ANKOMMEN as a group intervention based on life story work for adolescents in residential care in Germany: A single-arm pilot study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*.

Schmid, M., Goldbeck, L., Nuetzel, J. & Fegert, J. M. (2008). Prevalence of mental disorders among adolescents in German youth welfare institutions. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 2(2), 1–8.

Schmid, M., Fegert, J. M., Clemens, V., Seker, S., d’Huart, D., Binder, M., Schröder, M., Friden, L., Boonmann, C., Jenkel, N., Schmeck, K. & Bürgin, D. (2022). Misshandlungs- und Vernachlässigungserfahrungen in der Kindheit: Ein Risikofaktor für die soziale Teilhabe ehemals außerfamiliär platzierter junger Erwachsener. *Kindheit und Entwicklung*, 31(1), 22–39.

Schmid, M., Kölch, M., Fegert, J. M. & Schmeck, K. (2013). *Abschlussbericht Modellversuch zur Abklärung und Zielerreichung in stationären Massnahmen*. Bundesamt für Justiz. <https://www.bj.admin.ch/dam/bj/de/data/sicherheit/smv/modellversuche/evaluationsberichte/maz-schlussbericht-d.pdf>

Literatur

Sciaraffa, M. A., Zeanah, P. D. & Zeanah, C. H. (2018). Understanding and promoting resilience in the context of adverse childhood experiences. *Early Childhood Education Journal*, 46, 343–353.

Schwarzer, R. & Jerusalem, M. (1999). *Skalen zur Erfassung von Lehrer- und Schülermerkmalen. Dokumentation der psychometrischen Verfahren im Rahmen der Wissenschaftlichen Begleitung des Modellversuchs Selbstwirksame Schulen*. Freie Universität Berlin.

Shotton, G. (2013). 'Remember when ...': exploring the experiences of looked after children and their carers in engaging in collaborative reminiscence. *Adoption & Fostering*, 37(4), 352–367.

Statistisches Bundesamt (2022). *Statistiken der Kinder- und Jugendhilfe. Erzieherische Hilfe, Eingliederungshilfe für seelisch behinderte junge Menschen, Hilfe für junge Volljährige*. <https://www.destatis.de/DE/Themen/Gesellschaft-Umwelt/Soziales/Jugendarbeit/Publikationen/Downloads-Jugendarbeit/erzieherische-hilfe-5225112217004.pdf>

Steinbach, C. & Steinbach, U. (2013). Gleichaltrige: Peers als Ressource. In C. Steinbach & K. Gharabaghi (Hrsg.), *Resilienzförderung im Jugendalter* (S. 93–109). Springer.

Strauß, B. & Mattke, D. (2018). Gruppentherapie: Eine klinische Forschungsperspektive. In B. Strauß & D. Mattke (Hrsg.), *Gruppenpsychotherapie* (2. Aufl.) (S. 37–57). Springer.

VanMeter, F., Handley, E. D. & Cicchetti, D. (2020). The role of coping strategies in the pathway between child maltreatment and internalizing and externalizing behaviors. *Child Abuse & Neglect*, 101, 104323.

van Rooij, F., Maaskant, A., Weijers, I., Weijers, D. & Hermanns, J. (2015). Planned and unplanned terminations of foster care placements in the Netherlands: Relationships with characteristics of foster children and foster placements. *Children and Youth Services Review*, 53, 130–136.

Ward, H. (2011). Continuities and discontinuities: Issues concerning the establishment of a persistent sense of self amongst care leavers. *Children and Youth Services Review*, 33(12), 2512–2518.

Watson, D. L., Latter, S. & Bellew, R. (2015). Adopters' views on their children's life story books. *Adoption & Fostering*, 39(2), 119–134.

Willis, R. & Holland, S. (2009). Life Story Work: Reflections on the Experience by Looked after Young People. *Adoption & Fostering*, 33, 44–52.

Anhang 1: Workbook für Jugendliche



WORK BOOK

Name:

Hier wohne ich:

Hallo!

Willkommen zu unserem gemeinsamen Projekt!
Dieses Workbook soll Dich dabei unterstützen,
hier in dieser Einrichtung noch besser anzukommen.

Daran wollen wir gemeinsam in der Gruppe arbeiten.

VIEL ERFOLG!



ANKOMMEN – Übersicht

Sitzung	Datum	Uhrzeit
1 / MEINE RECHTE		
2 / GEFÜHLE		
3 / EINFÜHRUNG IN DIE BIOGRAFIEARBEIT		
4 / MEINE GESCHICHTE		
5 / ZWISCHEN DEN STÜHLEN		
6 / MEINE OFFIZIELLE GESCHICHTE		
7 / BRIEFFREUNDE		
8 / MEINE ZUKUNFT		

Meine Rechte



Um Deine Rechte zu sichern, gibt es seit dem 20. November 1989 die UN-Kinderrechtskonvention. Viele Länder weltweit, zum Beispiel auch Deutschland, haben sie unterzeichnet und sich damit verpflichtet, in besonderem Maße für den Schutz von Kindern und Jugendlichen zu sorgen.

Einige Deiner Rechte aus der UN-Kinderrechtskonvention sind hier kurz zusammengefasst. Alle Artikel im genauen Wortlaut findest Du unter www.unicef.de/informieren/ueber-uns/fuer-kinderrechte/un-kinderrechtskonvention oder direkt über den abgebildeten QR-Code.



Artikel 3

WOHL DES KINDES

Alle Kinder haben das Recht, geschützt zu werden und glücklich aufzuwachsen. Der Staat ist verpflichtet, für jedes Kind den Schutz und die Fürsorge zu gewährleisten, die für dessen Wohlergehen notwendig sind.

Artikel 12

BERÜCKSICHTIGUNG DES KINDERWILLENS

Du hast das Recht, zu allen Angelegenheiten, die Dich betreffen, Deine Meinung frei zu äußern. Entsprechend Deines Alters muss Deine Meinung bei allen Entscheidungen angemessen berücksichtigt werden.

Artikel 13 und 17

MEINUNGS- UND INFORMATIONSFREIHEIT; ZUGANG ZU DEN MEDIEN

Du hast das Recht, Dich über alles zu informieren und Dir Deine eigene Meinung zu bilden. Dafür kannst Du verschiedene Medien (Internet, Fernsehen, Radio, Zeitung, Bücher, ...) nutzen, Vorträge besuchen oder Dich mit anderen austauschen. Niemand darf Dir verbieten, Deine Meinung frei zu äußern.

Artikel 19

SCHUTZ VOR GEWALTANWENDUNG, MISSHANDLUNG, VERWAHRLOSUNG

Du hast das Recht, gewaltfrei aufzuwachsen. Niemand darf Dich schlagen oder Dich zu Dingen zwingen, die Du nicht willst, oder Dir wehtun.

Artikel 20 und 21

VON DER FAMILIE GETRENNT LEBENDE KINDER; PFLEGEFAMILIE; ADOPTION

Du hast das Recht auf Schutz und Hilfe, wenn Du Deine Familie verlierst, von ihr getrennt wirst oder Du es dort selbst nicht mehr aushältst.

Meine Rechte

Artikel 24

GESUNDHEITSVORSORGE

Du hast das Recht auf bestmögliche Gesundheit. Dazu gehört eine gute ärztliche Versorgung, aber auch gesunde Ernährung, genügend Bewegung und eine Umwelt, die zu Deiner Gesundheit beiträgt.

Artikel 28 und 31

RECHT AUF BILDUNG; SCHULE; BERUFSAUSBILDUNG; BETEILIGUNG AN FREIZEIT, KULTURELLEM UND KÜNSTLERISCHEM LEBEN; STAATLICHE FÖRDERUNG

Du hast das Recht auf selbstbestimmte Freizeit, auf Ruhe und auf Aktivitäten zur Erholung, die in Deinem Alter angemessen sind. Damit ist aber nicht „Schule schwänzen“ gemeint. Es ist Deine Aufgabe, in die Schule zu gehen; diejenigen, die für Dich verantwortlich sind, müssen sicherstellen, dass Du Deiner Schulpflicht nachkommst.

Artikel 34

SCHUTZ VOR SEXUELLEM MISSBRAUCH

Sexueller Missbrauch ist eine Form von Gewalt, und widerspricht Deinen Rechten. Sexueller Missbrauch ist:
... generell jede sexuelle Handlung, die durch Erwachsene oder Jugendliche an, mit oder vor einem Kind vorgenommen wird.

... wenn Du unfreiwillig pornographische Fotos oder Videos gezeigt bekommst.

... wenn Du mit sexualisiertem Anmachen (z. B. per WhatsApp, Telefon, ...) belästigt wirst.

Artikel 39

GENESUNG UND WIEDEREINGLIEDERUNG GESCHÄDIGTER KINDER

Der Staat ist verpflichtet, alle geeigneten Maßnahmen zu ergreifen, um die körperliche und seelische Wiederherstellung sowie die soziale Wiedereingliederung von Kindern zu fördern, die Opfer irgendeiner Form von Vernachlässigung, Ausbeutung oder Misshandlung geworden sind.

Meine Rechte

Warum können Kinder und Jugendliche manchmal nicht mehr bei ihrer Familie leben?

Wenn Du Dich zuhause nicht gut entwickeln kannst, Deine Eltern nicht mehr für Dich sorgen können oder Deine Rechte verletzt werden, kann es sein, dass Du im Rahmen einer Hilfe zur Erziehung, zumindest für eine gewisse Zeit, außerhalb Deiner Familie, z. B. in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung, leben musst. In Deutschland lebten im Jahr 2021 insgesamt 122.659 Kinder, Jugendliche und junge Volljährige in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung. Die häufigsten Gründe dafür waren:



31.773
Kinder und
Jugendliche

Eingeschränkte
Erziehungskompetenz der
Eltern (z. B. pädagogische
Überforderung, unange-
messene Verwöhnung)



23.292
Kinder und
Jugendliche

Gefährdung des Kindes-
wohls (Schädigung des
körperlichen, geistigen
oder seelischen Wohls)



21.364
Kinder und
Jugendliche

Unzureichende Förderung,
Betreuung oder Versorgung
des jungen Menschen



17.664
Kinder und
Jugendliche

Entwicklungsauffälligkeiten/
seelische Probleme des
jungen Menschen

Meine Rechte

Wo/bei wem können Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren in solchen Situationen leben?

- 1. In einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung:** In Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen leben Kinder und Jugendliche meistens für längere Zeit in Wohngruppen zusammen. Sie werden dabei Tag und Nacht von Pädagoginnen und Pädagogen betreut. Durch die enge Verbindung von Alltagsleben (z. B. Schule und Aktivitäten mit Gleichaltrigen) und speziellen pädagogischen und therapeutischen Angeboten sollen Kinder und Jugendliche in ihrer Entwicklung bestmöglich gefördert werden.
- 2. In einer Kinderdorffamilie:** In Kinderdorffamilien leben Kinder und Jugendliche mit einer Kinderdorfmutter, einem Kinderdorfvater oder beiden und gegebenenfalls auch mit deren eigenen Kindern in einem Haushalt zusammen. Die einzelnen Kinderdorffamilien werden von einem gemeinsamen Träger organisiert, der weitere pädagogische und therapeutische Angebote für die Kinder und Jugendlichen ermöglicht.
- 3. In einer Erziehungsstelle:** In einer Erziehungsstelle leben bis zu zwei Kinder oder Jugendliche mit einer pädagogischen Fachkraft und gegebenenfalls deren Familie in deren Privatwohnung zusammen. Das ermöglicht den Kindern und Jugendlichen ein Leben in familiären Strukturen mit festen Bezugspersonen bei gleichzeitiger Gewährleistung einer professionellen pädagogischen Betreuung. Deshalb sind Erziehungsstellen besonders für Kinder und Jugendliche mit großem Betreuungsbedarf geeignet.
- 4. Bei nicht verwandten Pflegeeltern:** Nicht verwandte volljährige Personen können vorübergehend oder dauerhaft ein Kind oder einen Jugendlichen bei sich zu Hause aufnehmen. Voraussetzung dafür ist die Notwendigkeit einer Vollzeitpflege sowie die entsprechende Eignung der Pflegeeltern zur Versorgung des Kindes oder Jugendlichen.
- 5. Bei Verwandten:** Wenn die Kindseltern zustimmen und sorgeberechtigt sind, können Kinder und Jugendliche auch bei nahen Verwandten (bis zum dritten Grad) leben, ohne dass dafür die Zustimmung des Jugendamtes erforderlich ist. Bei weiter entfernten Verwandten muss das Jugendamt allerdings dem Pflegeverhältnis zustimmen.
- 6. In Not- oder Krisensituationen:** In Not- oder Krisensituationen können Kinder und Jugendliche zu deren Schutz vorläufig in Kinder- und Jugendhilfeeinrichtungen oder in Bereitschaftsfamilien in Obhut genommen werden. Die Kinder und Jugendlichen können entweder selbst beim Jugendamt um eine Inobhutnahme bitten oder das Jugendamt veranlasst eine Inobhutnahme aufgrund einer Gefährdungsmeldung durch andere.

Meine Rechte

Welche Ziele hat eine stationäre Hilfe zur Erziehung in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung?

Für eine gewisse Zeit in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung zu leben soll für Dich eine Unterstützung im Alltag und für Deine Eltern eine Hilfe für Deine Erziehung sein. Wichtigstes Ziel ist es, Dir eine sichere Umgebung zu garantieren, in der Du dich bestmöglich entwickeln kannst. Dazu gehört auch die Förderung Deiner Teilhabe am gesellschaftlichen Leben (z. B. durch Bildung, durch Förderung Deines sozialen Zurechtkommens oder durch die Möglichkeit, Freizeitaktivitäten wahrzunehmen). Langfristig soll Dir die Rückkehr in Deine Familie, oder wenn das nicht möglich sein sollte, die Erziehung in einer anderen Familie oder ein selbstständiges Leben ermöglicht werden.

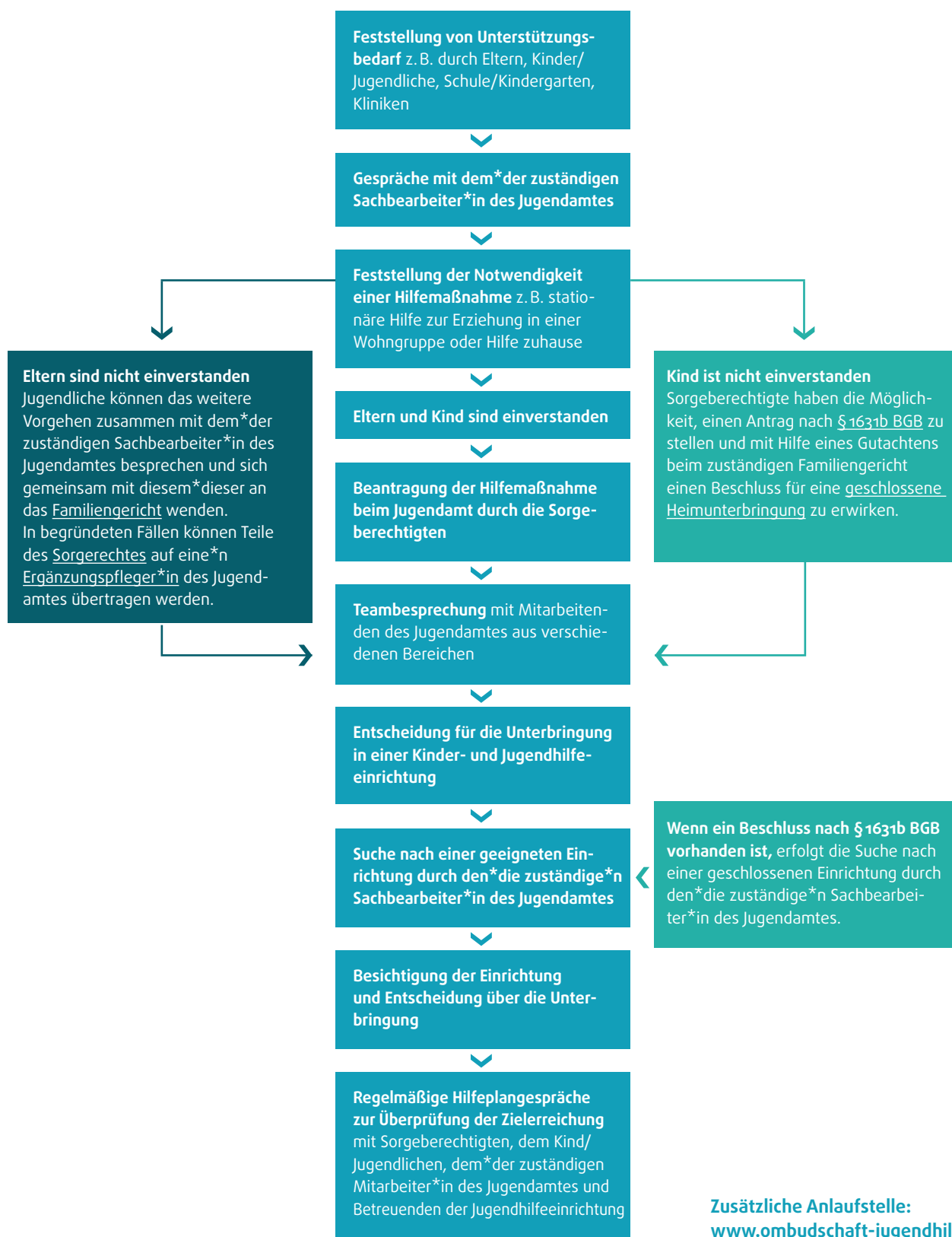
Wie lange leben Kinder und Jugendliche in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung?

Wie lange Kinder und Jugendliche in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung leben, hängt von der Erreichung der im Hilfeplan vereinbarten Ziele ab und ist deshalb von Person zu Person sehr unterschiedlich. Die vereinbarten Ziele und deren Erreichung werden in regelmäßigen Hilfeplangesprächen (in der Regel alle 6 Monate) überprüft. Nach den Hilfeplangesprächen wird normalerweise entschieden, ob die aktuelle Hilfe fortgeführt, verändert oder planmäßig beendet wird. Manchmal enden Hilfen allerdings auch unplanmäßig, weil die Jugendlichen und die Einrichtungen nicht zueinander passen.

Wie läuft es in Deutschland ab, wenn Kinder und Jugendliche in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung untergebracht werden?

Der Ablauf ist streng geregelt, um Kinder und Jugendliche nur dann in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung unterzubringen, wenn das auch wirklich notwendig ist und alle anderen Hilfemöglichkeiten ausgeschöpft wurden. Auf der nächsten Seite ist dargestellt, wie das üblicherweise abläuft.

Ablauf der Unterbringung in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung in Deutschland



Zusätzliche Anlaufstelle:
www.ombudschaft-jugendhilfe.de

MEINE ANSPRECHPERSONEN BEI PROBLEMEN

Name meiner Ansprechperson beim Jugendamt: Tel.

Name meiner Bezugsbetreuerin / meines Bezugsbetreuers in der Wohngruppe:

Gefühle

Wir machen Luftsprünge vor Freude, sind gelähmt vor Angst, erröten vor Scham, sind blind vor Wut – für alle Gefühle gilt: Sie beeinflussen uns und können uns manchmal überwältigen.

Was sind Gefühle?

Was Gefühle sind, beschäftigt die Wissenschaft schon seit Jahrhunderten. Sie entstehen durch das Zusammenspiel von Sinneseindrücken, Gedanken und Reaktionen unseres Körpers. Manchmal kann man Gefühle von außen sehen: Wenn jemand traurig ist, können wir das beispielsweise am Gesichtsausdruck, der Körperhaltung oder dem Verhalten der Person erkennen. Doch es gibt auch einiges, was wir nicht sehen können: Wir können zum Beispiel nicht sehen, was eine Person in emotionalen Situationen denkt oder welche Erinnerungen sie gerade durchlebt. Was wir auch nicht sehen können, sind die körperlichen Gefühlsreaktionen im Inneren der Person. Insgesamt sehen wir also nur die „Spitze des Eisberges“; der Rest ist für uns „unsichtbar“.



Gefühle

Wozu sind Gefühle gut?

Vor langer Zeit dienten Gefühle wahrscheinlich vorrangig einem Zweck: Sie sollten unser Überleben sichern. Angst war und ist auch heute noch wichtig, um uns vor Gefahren zu schützen. Freude ist ein Gefühl, das uns schon immer gezeigt hat, was gut für uns ist.

Allerdings haben für uns im Alltag auch weitere Funktionen von Gefühlen eine große Bedeutung. Sie helfen uns beispielsweise, miteinander zu kommunizieren: Ein wütendes Gesicht macht klar, dass eine Grenze erreicht ist; Tränen und eine gebeugte Körperhaltung fordern zum Trösten auf.

Außerdem motivieren uns Gefühle zu Handlungen. Je stärker ein Gefühl ist, desto schwieriger ist es, nicht entsprechend zu handeln. Das ist zum Beispiel der Fall, wenn man auf eine Prüfung lernen muss: Je länger man wartet, desto eher drängt einen die Sorge eine schlechte Note zu bekommen oder durchzufallen dazu, sich den Lernstoff anzuschauen. Gefühle informieren uns auch über unsere aktuellen Bedürfnisse. Wenn man beispielsweise auf einen Freund wütend ist, kann das darauf hindeuten, dass man sich von diesem ungerecht behandelt oder nicht genügend wertgeschätzt fühlt.



Gefühle sind vielfältig

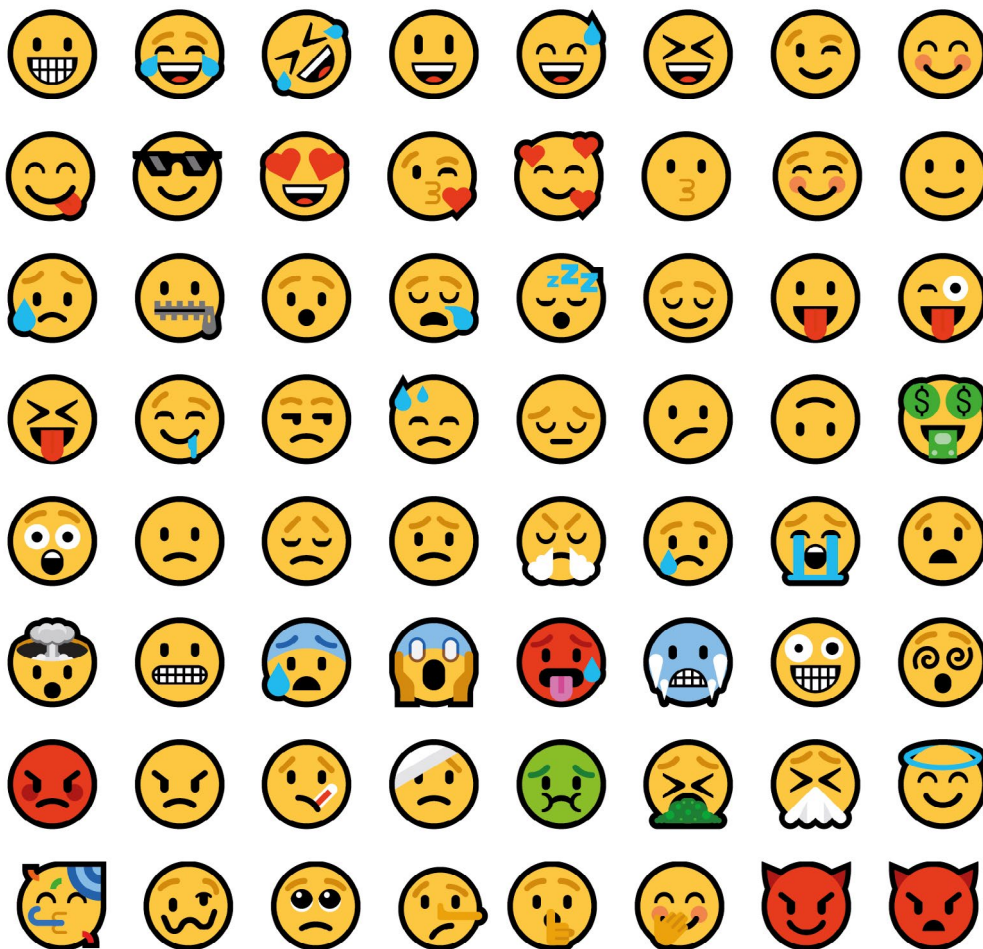
Gefühle können wir im ganzen Körper fühlen. Es gibt sehr viele verschiedene Gefühle, die wir erleben können, und unsere Gefühle können sich jeden Moment ändern. Manchmal haben wir auch zwei oder mehr Gefühle zur gleichen Zeit. Man kann zum Beispiel gleichzeitig wütend und traurig sein.



Gefühle

Verschiedene Gefühle

Gefühle kann man für sich behalten, oder man kann sie mit anderen teilen. Welche der unten dargestellten Emojis benutzt Ihr, wenn Ihr mit Freundinnen und Freunden Nachrichten schreibt und diesen Eure Gefühle mitteilen wollt? Markiert diejenigen, die Ihr am häufigsten verwendet. Welches Gefühl wollt Ihr mit den markierten Emojis ausdrücken?

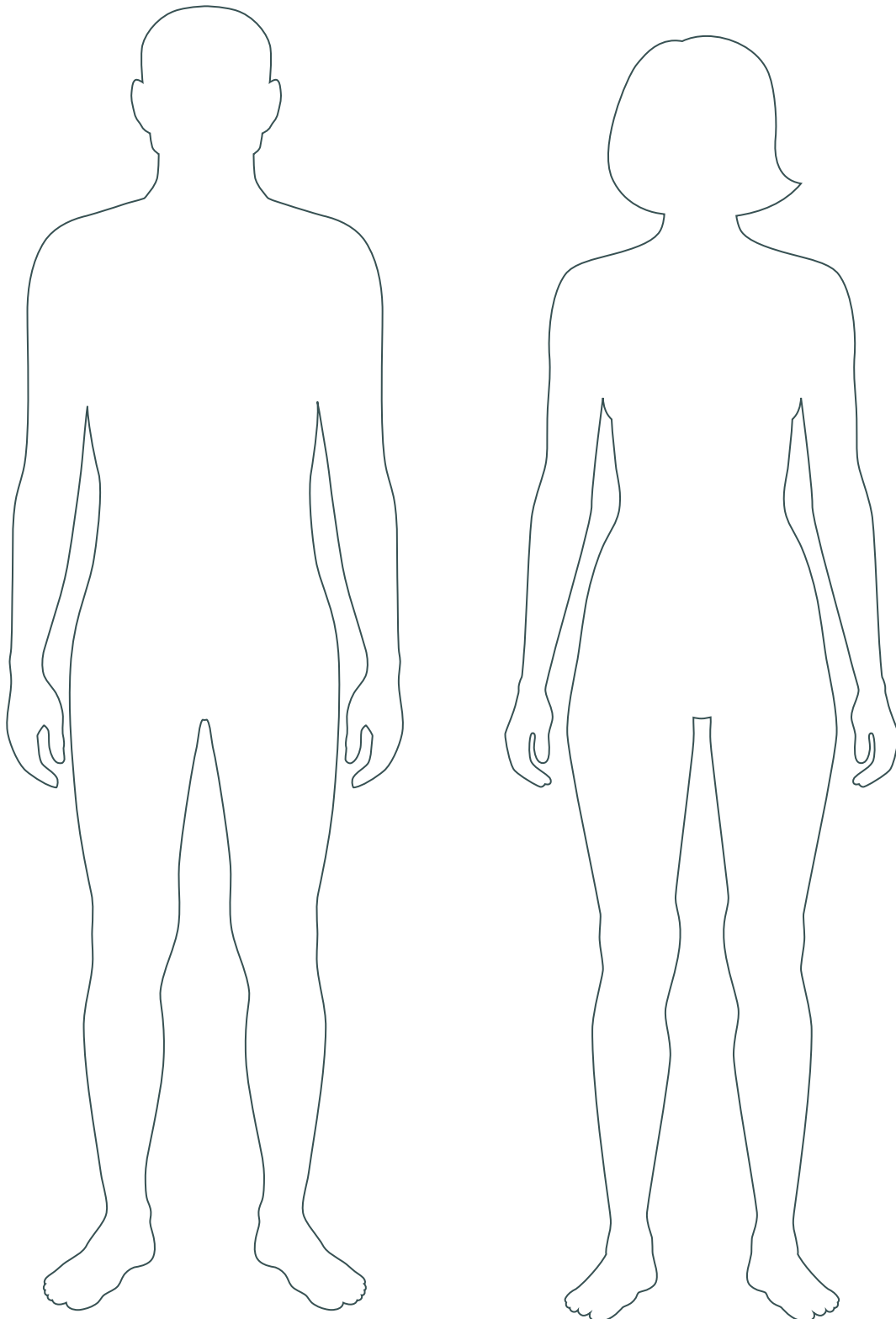


Spielt jetzt in der Gruppe das Spiel „**Gefühle ohne Worte**“. Wähle dazu eines der oben dargestellten Gefühle und drücke es nur durch Dein Verhalten, Deine Mimik und Deine Gestik aus; die Gruppe muss versuchen zu erraten, welches Gefühl Du gerade vorspielst. Danach kannst Du erzählen, was Dich dazu bringt, Dich so zu fühlen.

Gefühle

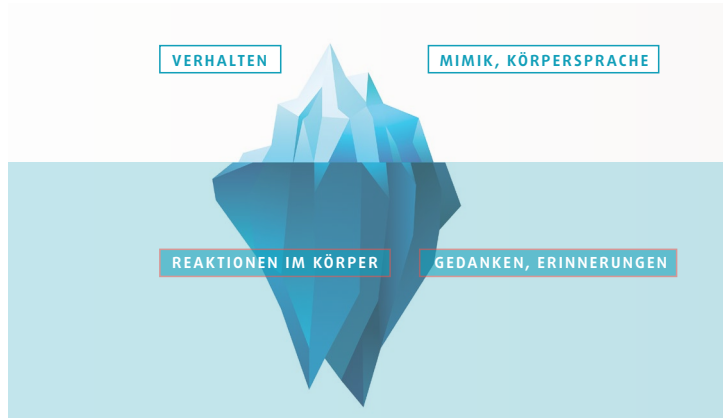
Gefühle im Körper

Wähle jetzt aus den Gefühlen, die Du kennengelernt hast, mindestens drei aus und ordne jedem Gefühl eine Farbe zu. Schließe bei jedem ausgewählten Gefühl Deine Augen und stelle Dir vor, dass Du dieses Gefühl jetzt gerade hast. Wo in Deinem Körper spürst Du das Gefühl? Bitte male die Stellen der unten abgebildeten Körper farbig aus, an denen Du die einzelnen Gefühle wahrnimmst.



Gefühle, Gedanken und Verhalten

Über Gefühle wisst Ihr ja schon ganz viel.



Beispiele für Gefühle

glücklich

traurig

wütend

besorgt

einsam

aufgeregt

ängstlich

mutig

sicher

Gefühle, Gedanken und Verhalten

Was sind Gedanken?

Gedanken sind Ideen oder Vorstellungen in unserem Kopf. Manchmal sprechen wir leise im Kopf mit uns selbst (sodass es niemand hört), das sind auch Gedanken. Ein Gedanke ist beispielsweise „Ich habe heute schon einiges erlebt“.

Beispiele für Gedanken

Ich bin klug!
.....

Sie mögen mich nicht.
.....

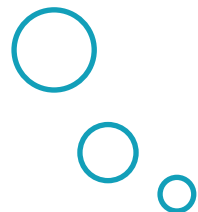
Ich schaffe das nicht!
.....

Es ist mein Fehler.
.....

Er/Sie ist wütend auf mich.
.....

Das ist unfair.
.....

Heute war ein schöner Tag.
.....

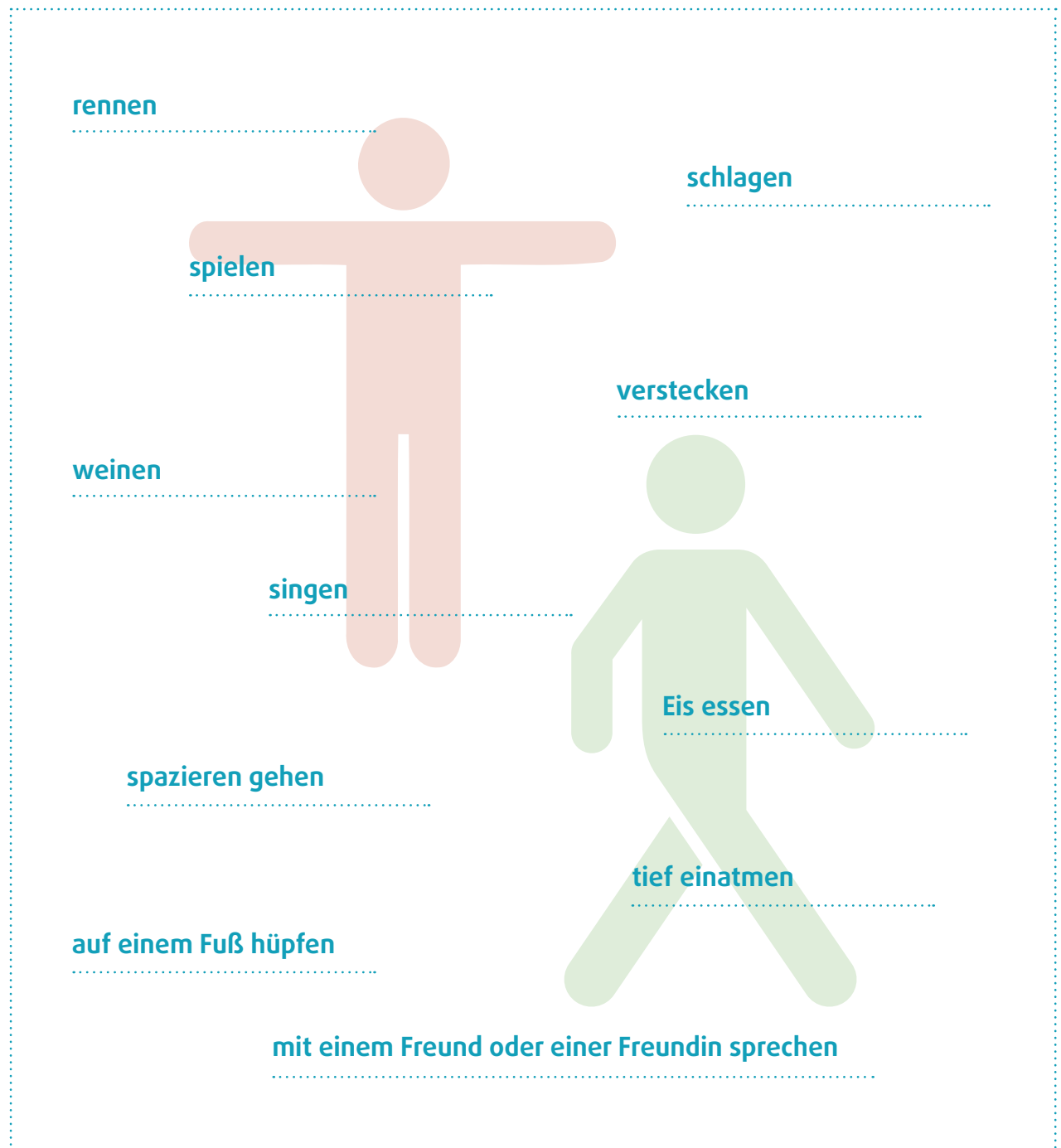


Gefühle, Gedanken und Verhalten

Was ist Verhalten?

Verhalten ist das, was wir mit unserem Körper tun! Beispielsweise laufen, tanzen, sprechen, malen, lachen, weinen und so weiter.

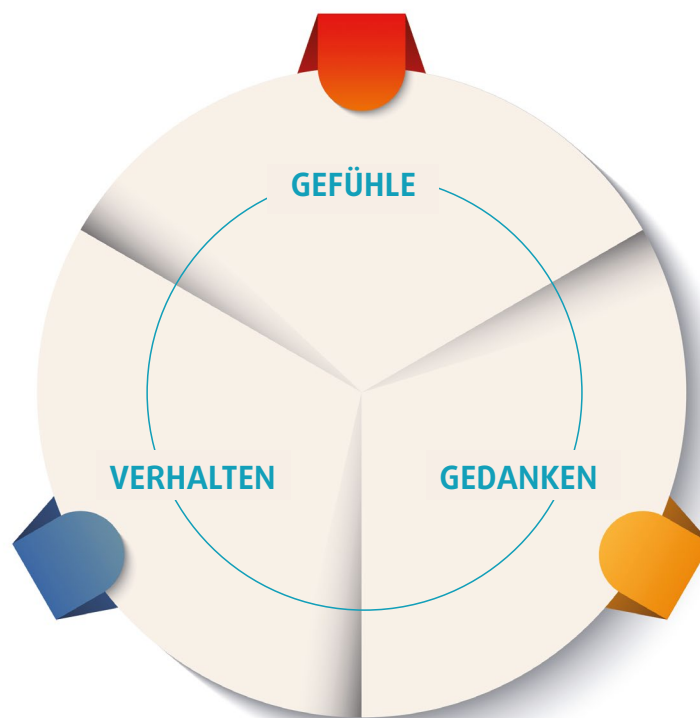
Beispiele für Verhalten



Gefühle, Gedanken und Verhalten

Gedanken, Gefühle und Verhalten hängen zusammen

Zu allem, was um uns herum passiert, entstehen bei uns Gedanken und Gefühle, die uns zu Verhalten motivieren können. Unsere Gedanken haben einen Einfluss darauf, wie wir uns fühlen, und unsere Gefühle können bei uns bestimmte Gedanken auslösen. Alle Dinge, die wir tun, haben bestimmte Konsequenzen und diese Konsequenzen beeinflussen dann wieder, welche Gedanken und Gefühle bei uns entstehen. Gedanken, Gefühle und Verhalten hängen also zusammen.



Hannahs erster Schultag

Hannah ist erst vor einer Woche in eine neue Stadt gezogen. Als sie zum ersten Mal ihre neue Schulklasse betritt, schauen die anderen Schüler sie neugierig an. Hannah hat in ihrer alten Schule einige Freunde gehabt, aber sie hatte auch immer wieder Probleme mit einigen Mitschülern. Sie geht wortlos an ihren neuen Klassenkameradinnen und Klassenkameraden vorbei und setzt sich an einen freien Tisch. Hinter sich hört sie einige der Jugendlichen lachen. Am liebsten würde sie sofort wieder nach Hause gehen.

Gefühle, Gedanken und Verhalten

Schreibe hier auf, was Hannah in der Situation gedacht haben könnte, wie sie sich gefühlt haben könnte und wie sie sich verhalten hat.

SITUATION

GEFÜHL

GEDANKE

VERHALTEN

Durch welche anderen Gedanken könnte Hannah sich in der gleichen Situation besser fühlen? Schreibe auf, wie ein anderer Gedanke Hannahs Gefühle und ihr Verhalten in der beschriebenen Situation verändern könnte.

NEUES GEFÜHL

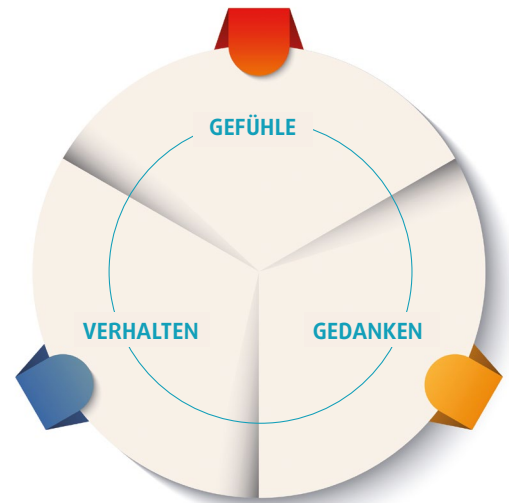
NEUER GEDANKE

NEUES VERHALTEN

Gefühle, Gedanken und Verhalten

Übung des kognitiven Dreiecks

Fülle in der kommenden Woche für mindestens zwei Situationen, in denen Du angespannt oder gestresst warst, das Kognitive Dreieck aus. Lass Dir zu jeder Situation einen neuen, hilfreichen Gedanken einfallen, mit dem es Dir in der Situation besser gegangen wäre. Schreibe anschließend auf, welches Gefühl dieser hilfreiche Gedanke bei Dir ausgelöst hätte und wie sich das vielleicht auf Dein Verhalten in der Situation ausgewirkt hätte. Um neue, hilfreiche Gedanken zu finden, stell Dir vor, was Du zu einem guten Freund oder einer guten Freundin in einer ähnlichen Situation sagen würdest, wenn er*sie belastende Gedanken äußern würde.



SITUATION

GEFÜHL

NEUES GEFÜHL

NEUER GEDANKE

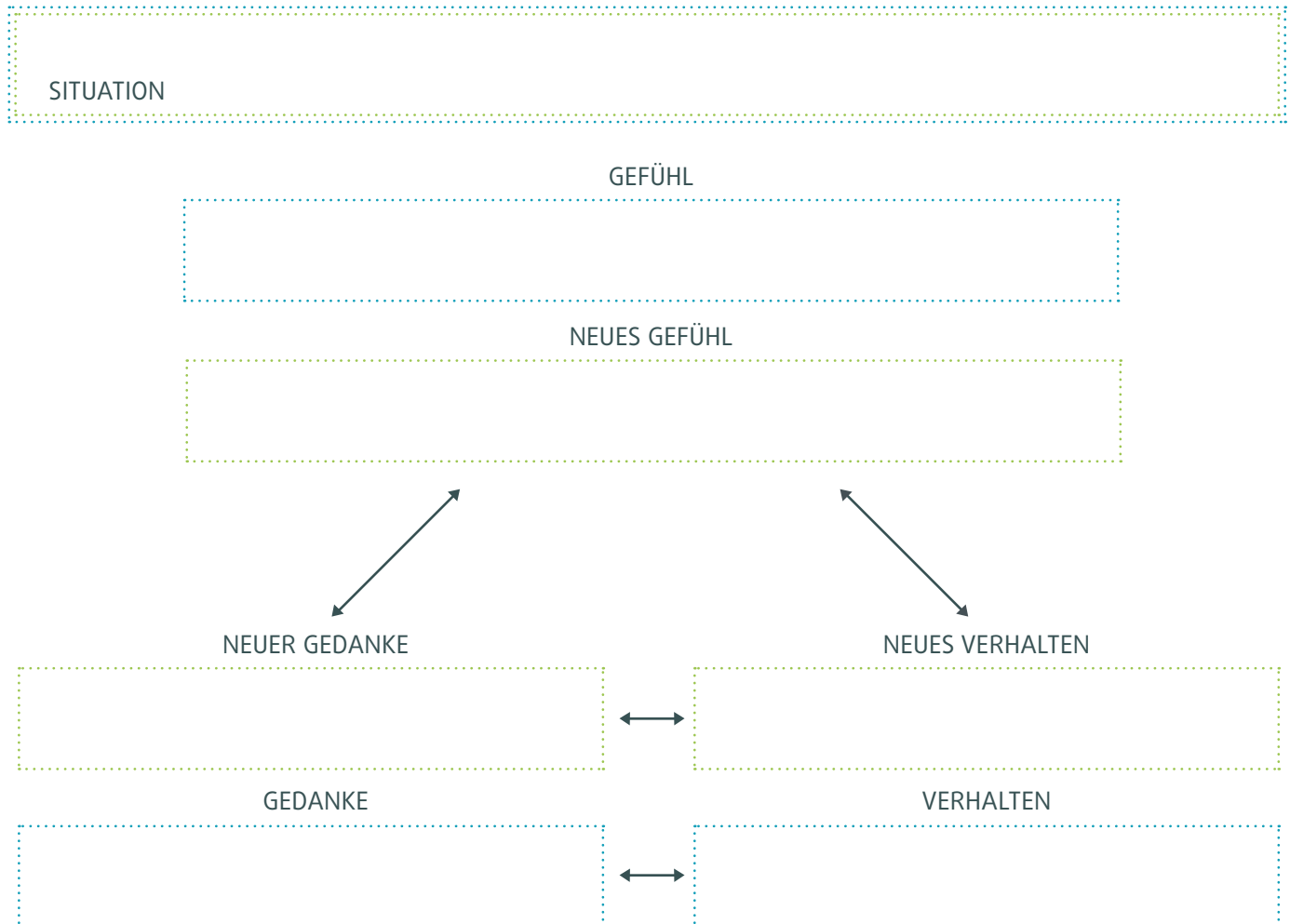
NEUES VERHALTEN

GEDANKE

VERHALTEN

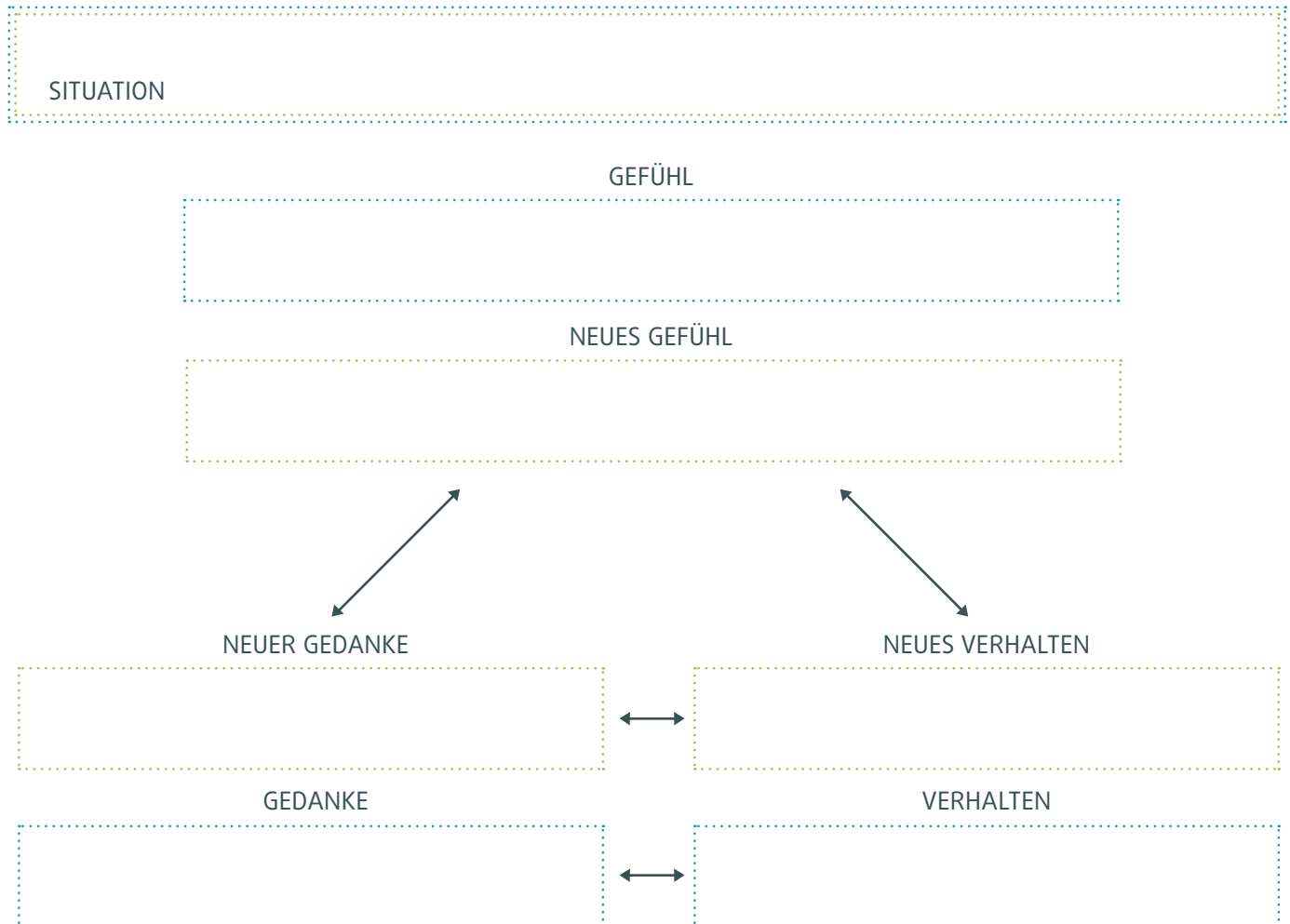
Gefühle, Gedanken und Verhalten

Übung des kognitiven Dreiecks



Gefühle, Gedanken und Verhalten

Übung des kognitiven Dreiecks



Biografiearbeit

Das bin ich

Ich heiße:

Geboren bin ich am:

In:

Meine Augenfarbe ist:

Ich wohne hier seit:

Hier kannst Du
Dein Foto oder
Dein persönliches
Wappen einkleben.

Zu meiner Familie gehören:

Die wichtigsten Personen in meinem Leben sind:

Das ist typisch für mich:

Das mag ich an mir:

Das mache ich am liebsten:

Das mache ich gar nicht gerne:

Das macht mich traurig:

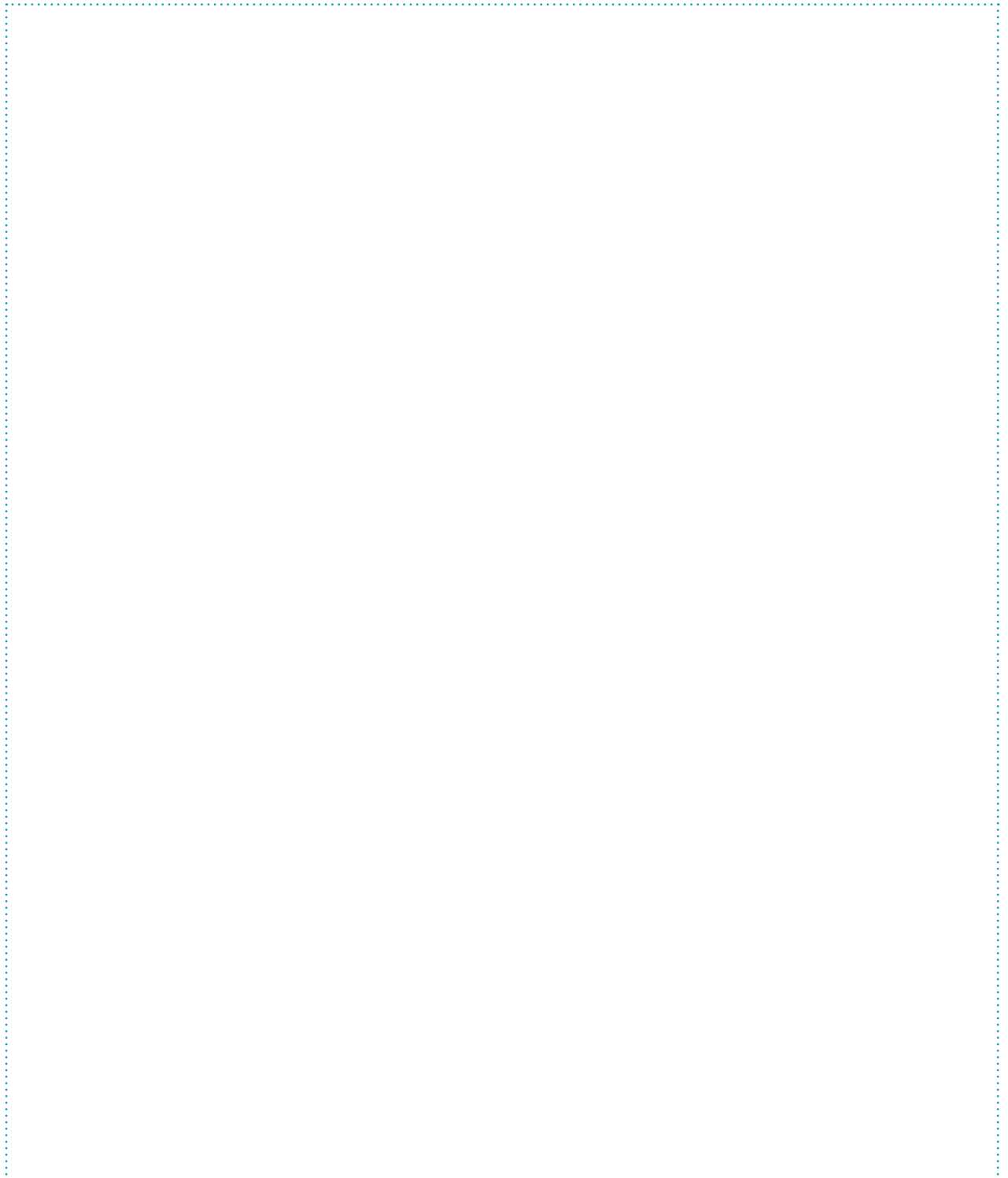
Das macht mich fröhlich:

Wenn ich drei Wünsche frei hätte, würde ich mir wünschen, dass:

Biografiearbeit

Mein Weg hierher

Zeichne auf der Karte die Orte ein, an denen Du gewohnt hast, bevor Du hierherkamst. Nummeriere die Orte und beginne mit dem Ort, an dem Du zuerst gewohnt hast. Überlege Dir, was an den einzelnen Stationen gut war und was nicht, und welche Folgen die Ortswechsel für Dich hatten. Stelle Deinen Weg hierher anschließend der Gruppe vor.



Biografiearbeit

Was macht Dich glücklich?

Überlege Dir, was Dich glücklich macht, und versuche dieses Gefühl oder den Grund dafür mit Deinem Handy zu fotografieren. Wenn Du willst, kannst Du das Bild ausdrucken und hier unten einkleben. Du kannst aber auch ein Bild malen, wenn Du das lieber machst.



Meine Geschichte

Meine Geschichte 1

Hier hast Du nun die Gelegenheit, ausführlich Deine Geschichte zu erzählen. Wie ist es dazu gekommen, dass Du nicht mehr zuhause bei Deinen Eltern leben konntest? Welche Gründe gab es dafür? Kannst Du Dich noch an den Tag erinnern, an dem Du von zuhause ausgezogen bist? Wie lief dieser Tag ab?

Beschreibe, wie Du Dich in den erinnerten Situationen gefühlt hast, was Du gedacht und wie Du Dich verhalten hast. Gib Deiner Geschichte zum Abschluss einen Titel.

Der Titel meiner Geschichte lautet:

Das hast Du sehr gut gemacht! Wenn Du möchtest, kannst Du Deine Geschichte

jetzt mit der Gruppe teilen. Vielleicht habt Ihr ja ähnliche Dinge erlebt.

Meine Geschichte 2

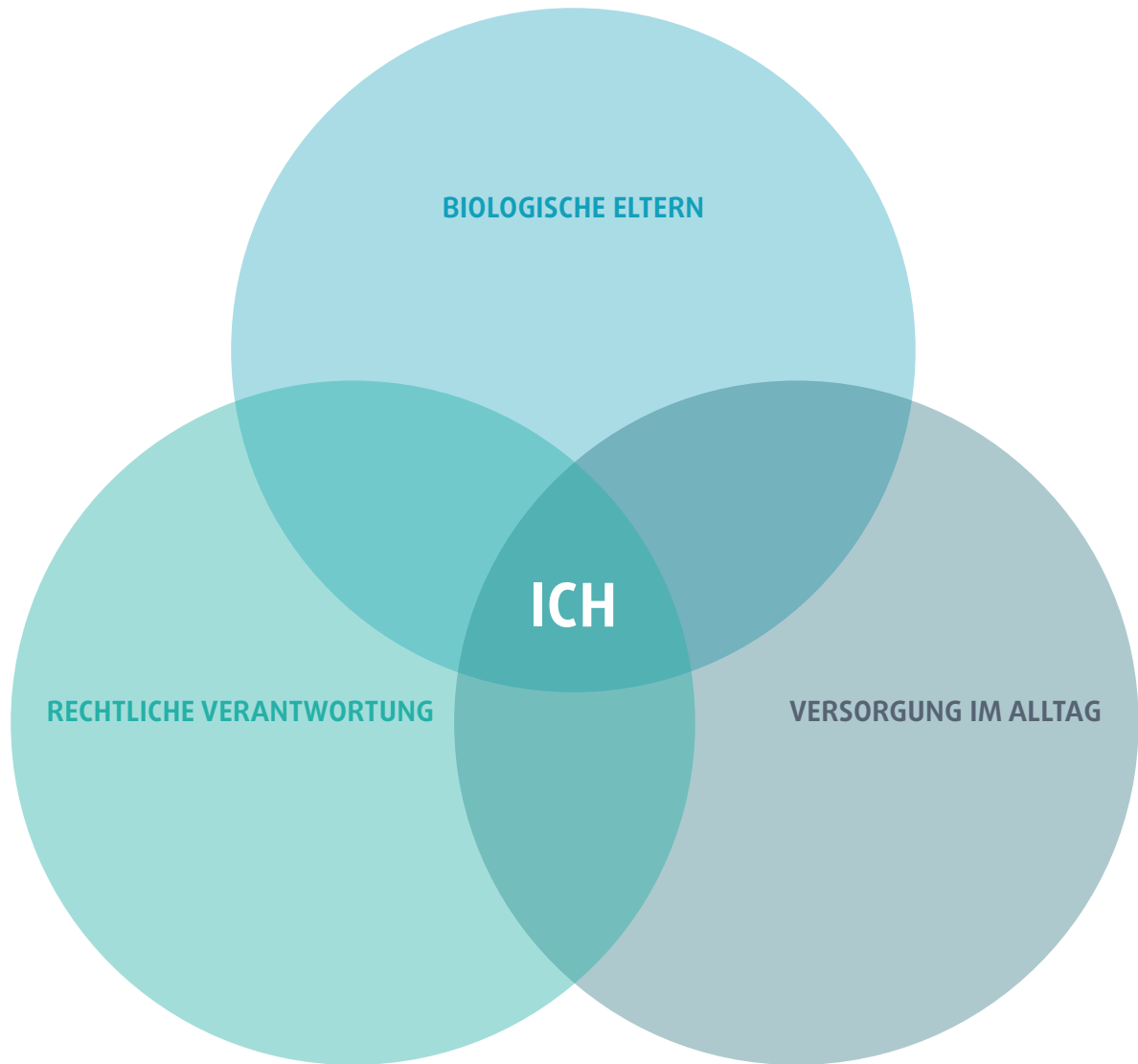
Beschreibe, wie Du Dich in den erinnerten Situationen gefühlt hast, was Du gedacht und wie Du Dich verhalten hast. Gib Deiner Geschichte zum Abschluss wieder einen Titel.

Das hast Du sehr gut gemacht! Wenn Du möchtest, kannst Du Deine Geschichte

jetzt mit der Gruppe teilen. Vielleicht habt Ihr ja ähnliche Erfahrungen gemacht.

Zwischen den Stühlen

Merkmale und Aufgaben von Eltern



Deine biologischen Eltern sind der Grund dafür, dass Du am Leben bist. Mit ihnen hast Du Ähnlichkeiten im Aussehen, besondere Begabungen und Charaktereigenschaften gemeinsam. Deine biologischen Eltern bleiben immer Deine Eltern, auch wenn Du nicht mehr bei ihnen lebst.

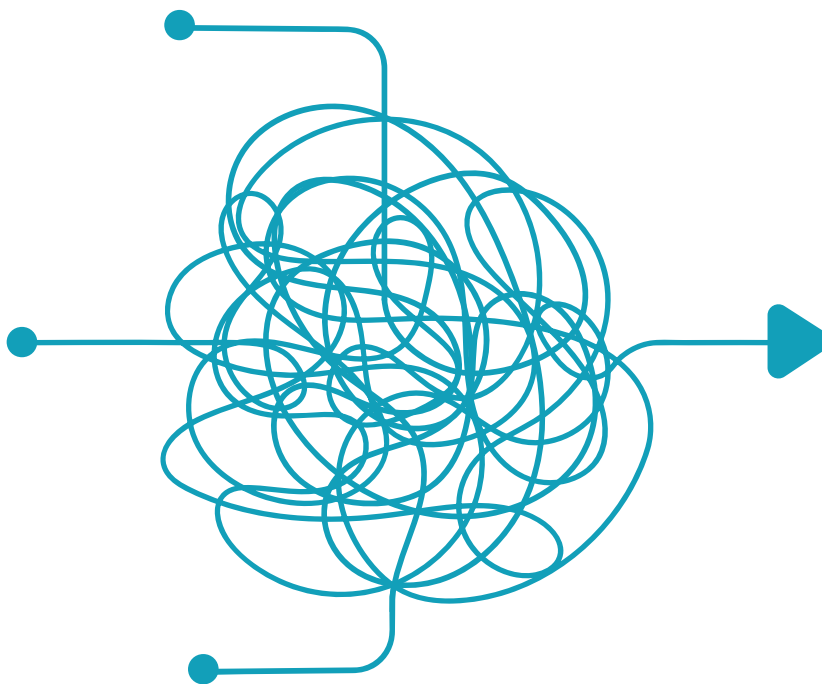
Die rechtliche Verantwortung für Dich zu tragen bedeutet, zu entscheiden, wo Du lebst, welche Schule Du besuchst und welche medizinischen Behandlungen bei Dir durchgeführt werden dürfen.

Dich im Alltag zu versorgen bedeutet, dafür zu sorgen, dass Du immer etwas zu essen auf dem Tisch hast, pünktlich in die Schule gehst, und Dir zu helfen, wenn im Alltag mal etwas schief läuft.

Zwischen den Stühlen

Wenn Du bei Deinen biologischen Eltern lebst, nehmen diese normalerweise alle der genannten Elternaufgaben wahr. Wenn Du nicht bei Deinen biologischen Eltern lebst, können diese Aufgaben auch auf andere Personen verteilt sein: Es kann sein, dass Deine biologischen Eltern auch weiterhin die rechtliche Verantwortung für Dich tragen und nur die Aufgabe der Versorgung von jemand anderem übernommen wird. Es kann aber auch sein, dass ein Vormund die rechtliche Verantwortung für Dich übernommen hat und damit entscheiden kann, wo Du lebst und wer Deine Versorgung übernimmt. In diesem Fall werden die rechtliche Verantwortung und die Aufgabe Deiner Versorgung im Alltag von unterschiedlichen Personen übernommen.

Die Verteilung von Elternaufgaben auf verschiedene Personen kann manchmal schwierig sein. Hierbei können leicht widersprüchliche Gedanken und Gefühle entstehen, wenn alle Beteiligten von Dir Loyalität erwarten oder Du es gerne allen recht machen würdest. Das kann sich dann manchmal so anfühlen, als ob Du „zwischen allen Stühlen sitzt“. Dieses Gefühl kann Ausdruck eines Loyalitätskonfliktes sein. Loyalitätskonflikte sind oft schwer auszuhalten und meist noch schwerer aufzulösen.



Zwischen den Stühlen

Martins Telefonat:

Martin telefoniert mit seiner Mutter. Diese äußert dabei erneut den Wunsch, dass Martin bald wieder zurück nach Hause kommt. Martin hat sich gerade erst in der neuen Wohngruppe eingelebt und Freunde gefunden. Er bemerkt außerdem, dass ihm die feste Tagesstruktur in der Wohngruppe dabei hilft, die Schule und den Alltag besser zu bewältigen. Er weiß nicht, was er seiner Mutter antworten soll, als sie ihn fragt, ob er sich auch wünsche, möglichst schnell wieder zurück nach Hause zu kommen. Unter einem Vorwand beendet er das Telefongespräch. Anschließend zieht er sich in sein Zimmer zurück.

In dem oben dargestellten Fall befindet sich Martin in einem Loyalitätskonflikt. Beantworte die folgenden Fragen, um den Konflikt besser verstehen zu können.

Worin bestand Martins Loyalitätskonflikt?

Wie könnte sich Martin gefühlt haben?

Was könnte Martin gedacht haben?

Wie hat Martin sich verhalten?

Überlege nun gemeinsam mit der Gruppe, woran Martin den Loyalitätskonflikt erkennen könnte und welche Möglichkeiten er hätte, damit umzugehen.

Zwischen den Stühlen

Kannst Du Dich an Situationen erinnern, in denen Du selbst einen Loyalitätskonflikt erlebt hast? Wenn ja, schreibe zu einer der Situationen auf, worin der Konflikt bestand, wie Du Dich gefühlt hast, was Du gedacht und wie Du Dich verhalten hast. Überlege anschließend, wie Du besser mit dem Konflikt hättest umgehen können.

Worin bestand Dein Loyalitätskonflikt?

Wie hast Du Dich gefühlt?

Was hast Du gedacht?

Wie hast Du Dich verhalten?

Wie hättest Du besser mit dem Loyalitätskonflikt umgehen können?

Das hast Du sehr gut gemacht! Stelle Deinen Konflikt und Deine Lösungsmöglichkeiten nun der Gruppe vor und überlege gemeinsam mit den anderen, welche weiteren Möglichkeiten es gegeben hätte, positiv mit dem Loyalitätskonflikt umzugehen.

Meine offizielle Geschichte

Wenn Du neue Leute kennlernst, kann es manchmal schwierig sein, vorauszusehen, wie sie darauf reagieren, wenn Du ihnen erzählst, dass Du nicht bei Deinen biologischen Eltern wohnst.

Welche Vor- und Nachteile könnte es haben, wenn Du offen damit umgehst, dass Du in einer Wohngruppe lebst?

VORTEILE	NACHTEILE

Meine offizielle Geschichte

Selbstsicheres Auftreten kann Dir dabei helfen, Dich auch in schwierigen Situationen zu behaupten. Versuche die folgenden Tipps zu beachten, um Deine Interessen zukünftig selbstsicherer vertreten zu können.

SELBSTSICHERES VERHALTEN

Mit den Augen

- Achte darauf, Deiner Gesprächspartnerin oder Deinem Gesprächspartner in die Augen zu schauen.

Mit dem Gesicht

- Achte darauf, was Du mit Deinem Gesicht sagst: Wenn Du freundlich sein möchtest, kannst Du z. B. lächeln.

Mit dem Körper

- Achte darauf, was Du mit Deinem Körper sagst: Versuche gerade zu stehen und die Schultern nicht hängen zu lassen, aber bleibe dabei möglichst entspannt.

Mit der Stimme

- Rede laut, deutlich und nicht zu schnell.

Durch das, was Du sagst

- Sprich, wann immer es geht, in der „Ich-Form“ und drücke damit Deine Gedanken, Gefühle und Bedürfnisse aus (z. B. „Ich bin enttäuscht.“).
- Vermeide „Du-Vorwürfe“ (z. B. „Du hast mich enttäuscht.“).
- Begründe Deine Aussagen ruhig und sachlich.
- Äußere auch Verständnis für die Position Deiner Gesprächspartnerin oder Deines Gesprächspartners.
- Stehe für Deine Bedürfnisse ein, aber versuche nicht, sie um jeden Preis durchzusetzen. Zeige Dich, wenn möglich, kompromissbereit.

Meine offizielle Geschichte

Hier kannst Du jetzt Deine offizielle Geschichte entwickeln, mit der Du anderen in wenigen Sätzen erklären kannst, warum Du in einer Wohngruppe lebst. Überlege Dir auch, wie Du – falls nötig – klarmachen kannst, dass Du darüber entweder gar nicht reden möchtest oder dass Du weitere Fragen darüber nicht beantworten möchtest.

Wenn andere Leute mich fragen, warum ich in einer Wohngruppe lebe, sage ich:

Wenn ich gar nicht oder nicht weiter darüber reden möchte, sage ich:

Liebe*r

Brieffreunde

Fortsetzung:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Das hast Du super gemacht! Teile nun Deine Erfahrungen und Tipps mit der Gruppe.

Meine Zukunft

Welche Träume, Wünsche und Ziele hast Du für Deine Zukunft? Welche Stärken hast Du, die Dir dabei helfen könnten, diese zu erreichen?

Schreibe oder male Deine Wünsche und Ziele auf!

Meine wichtigsten Wünsche und Ziele für die Zukunft sind:

Diese Stärken habe ich, die mir dabei helfen könnten, meine Ziele zu erreichen:

Das müsste ich tun, um meine Ziele zu erreichen:

Wer kann mich dabei unterstützen?

© 2010 Blackwell Publishing Ltd, *Journal of Internal Medicine* 267: 105–113

Gute Wünsche

Mein Name:

Ende

Du bist auf der letzten Seite angekommen.

DU HAST VIEL GESCHAFFT UND KANNST SEHR STOLZ AUF DICH SEIN!

Wir wünschen Dir für Deine Zukunft alles Gute und,
dass Deine Wünsche in Erfüllung gehen.



Ausgewählte Artikel der UN-Kinderrechtskonvention im Wortlaut

Artikel 3: Wohl des Kindes

(1) Bei allen Maßnahmen, die Kinder betreffen, gleichviel ob sie von öffentlichen oder privaten Einrichtungen der sozialen Fürsorge, Gerichten, Verwaltungsbehörden oder Gesetzgebungsorganen getroffen werden, ist das Wohl des Kindes ein Gesichtspunkt, der vorrangig zu berücksichtigen ist.

(2) Die Vertragsstaaten verpflichten sich, dem Kind unter Berücksichtigung der Rechte und Pflichten seiner Eltern, seines Vormunds oder anderer für das Kind gesetzlich verantwortlicher Personen den Schutz und die Fürsorge zu gewährleisten, die zu seinem Wohlergehen notwendig sind; zu diesem Zweck treffen sie alle geeigneten Gesetzgebungs- und Verwaltungsmaßnahmen.

(3) Die Vertragsstaaten stellen sicher, dass die für die Fürsorge für das Kind oder dessen Schutz verantwortlichen Institutionen, Dienste und Einrichtungen den von den zuständigen Behörden festgelegten Normen entsprechen, insbesondere im Bereich der Sicherheit und der Gesundheit sowie hinsichtlich der Zahl und der fachlichen Eignung des Personals und des Bestehens einer ausreichenden Aufsicht.

Artikel 12: Berücksichtigung des Kindeswillens

(1) Die Vertragsstaaten sichern dem Kind, das fähig ist, sich eine eigene Meinung zu bilden, das Recht zu, diese Meinung in allen das Kind berührenden Angelegenheiten frei zu äußern, und berücksichtigen die Meinung des Kindes angemessen und entsprechend seinem Alter und seiner Reife.

(2) Zu diesem Zweck wird dem Kind insbesondere Gelegenheit gegeben, in allen das Kind berührenden Gerichts- oder Verwaltungsverfahren entweder unmittelbar oder durch einen Vertreter oder eine geeignete Stelle im Einklang mit den innerstaatlichen Verfahrensvorschriften gehört zu werden.

Artikel 13: Meinungs- und Informationsfreiheit

(1) Das Kind hat das Recht auf freie Meinungsäußerung; dieses Recht schließt die Freiheit ein, ungeachtet der Staatsgrenzen Informationen und Gedankengut jeder Art in Wort, Schrift oder Druck, durch Kunstwerke oder andere vom Kind gewählte Mittel sich zu beschaffen, zu empfangen und weiterzugeben.

(2) Die Ausübung dieses Rechts kann bestimmten, gesetzlich vorgesehenen Einschränkungen unterworfen werden, die erforderlich sind

- a) für die Achtung der Rechte oder des Rufes anderer oder
- b) für den Schutz der nationalen Sicherheit, der öffentlichen Ordnung (ordre public), der Volksgesundheit oder der öffentlichen Sittlichkeit.

Ausgewählte Artikel der UN-Kinderrechtskonvention im Wortlaut

Artikel 17: Zugang zu den Medien; Kinder- und Jugendschutz

Die Vertragsstaaten erkennen die wichtige Rolle der Massenmedien an und stellen sicher, dass das Kind Zugang hat zu Informationen und Material aus einer Vielfalt nationaler und internationaler Quellen, insbesondere derjenigen, welche die Förderung seines sozialen, seelischen und sittlichen Wohlergehens sowie seiner körperlichen und geistigen Gesundheit zum Ziel haben. Zu diesem Zweck werden die Vertragsstaaten

- a) die Massenmedien ermutigen, Informationen und Material zu verbreiten, die für das Kind von sozialem und kulturellem Nutzen sind und dem Geist des Artikels 29 entsprechen;
- b) die internationale Zusammenarbeit bei der Herstellung, beim Austausch und bei der Verbreitung dieser Informationen und dieses Materials aus einer Vielfalt nationaler und internationaler kultureller Quellen fördern;
- c) die Herstellung und Verbreitung von Kinderbüchern fördern;
- d) die Massenmedien ermutigen, den sprachlichen Bedürfnissen eines Kindes, das einer Minderheit angehört oder Ureinwohner ist, besonders Rechnung zu tragen;
- e) die Erarbeitung geeigneter Richtlinien zum Schutz des Kindes vor Informationen und Material, die sein Wohlergehen beeinträchtigen, fördern, wobei die Artikel 13 und 18 zu berücksichtigen sind.

Artikel 19: Schutz vor Gewaltanwendung, Misshandlung, Verwahrlosung

(1) Die Vertragsstaaten treffen alle geeigneten Gesetzgebungs-, Verwaltungs-, Sozial- und Bildungsmaßnahmen, um das Kind vor jeder Form körperlicher oder geistiger Gewaltanwendung, Schadenszufügung oder Misshandlung, vor Verwahrlosung oder Vernachlässigung, vor schlechter Behandlung oder Ausbeutung einschließlich des sexuellen Missbrauchs zu schützen, solange es sich in der Obhut der Eltern oder eines Elternteils, eines Vormunds oder anderen gesetzlichen Vertreters oder einer anderen Person befindet, die das Kind betreut.

(2) Diese Schutzmaßnahmen sollen je nach den Gegebenheiten wirksame Verfahren zur Aufstellung von Sozialprogrammen enthalten, die dem Kind und denen, die es betreuen, die erforderliche Unterstützung gewähren und andere Formen der Vorbeugung vorsehen sowie Maßnahmen zur Aufdeckung, Meldung, Weiterverweisung, Untersuchung, Behandlung und Nachbetreuung in den in Absatz 1 beschriebenen Fällen schlechter Behandlung von Kindern und gegebenenfalls für das Einschreiten der Gerichte.

Ausgewählte Artikel der UN-Kinderrechtskonvention im Wortlaut

Artikel 20: Von der Familie getrennt lebende Kinder; Pflegefamilie; Adoption

(1) Ein Kind, das vorübergehend oder dauernd aus seiner familiären Umgebung herausgelöst wird oder dem der Verbleib in dieser Umgebung im eigenen Interesse nicht gestattet werden kann, hat Anspruch auf den besonderen Schutz und Beistand des Staates.

(2) Die Vertragsstaaten stellen nach Maßgabe ihres innerstaatlichen Rechts andere Formen der Betreuung eines solchen Kindes sicher.

(3) Als andere Form der Betreuung kommt unter anderem die Aufnahme in eine Pflegefamilie, die Kafala nach islamischem Recht, die Adoption oder, falls erforderlich, die Unterbringung in einer geeigneten Kinderbetreuungseinrichtung in Betracht. Bei der Wahl zwischen diesen Lösungen sind die erwünschte Kontinuität in der Erziehung des Kindes sowie die ethnische, religiöse, kulturelle und sprachliche Herkunft des Kindes gebührend zu berücksichtigen.

Artikel 21: Adoption

Die Vertragsstaaten, die das System der Adoption anerkennen oder zulassen, gewährleisten, dass dem Wohl des Kindes bei der Adoption die höchste Bedeutung zugemessen wird; die Vertragsstaaten

a) stellen sicher, dass die Adoption eines Kindes nur durch die zuständigen Behörden bewilligt wird, die nach den anzuwendenden Rechtsvorschriften und Verfahren und auf der Grundlage aller verlässlichen einschlägigen Informationen entscheiden, dass die Adoption angesichts des Status des Kindes in Bezug auf Eltern, Verwandte und einen Vormund zulässig ist und dass, soweit dies erforderlich ist, die betroffenen Personen in Kenntnis der Sachlage und auf der Grundlage einer gegebenenfalls erforderlichen Beratung der Adoption zugestimmt haben;

b) erkennen an, dass die internationale Adoption als andere Form der Betreuung angesehen werden kann, wenn das Kind nicht in seinem Heimatland in einer Pflege- oder Adoptionsfamilie untergebracht oder wenn es dort nicht in geeigneter Weise betreut werden kann;

c) stellen sicher, dass das Kind im Fall einer internationalen Adoption in den Genuss der für nationale Adoptionen geltenden Schutzvorschriften und Normen kommt;

Ausgewählte Artikel der UN-Kinderrechtskonvention im Wortlaut

d) treffen alle geeigneten Maßnahmen, um sicherzustellen, dass bei internationaler Adoption für die Beteiligten keine unstatthaften Vermögensvorteile entstehen;

e) fördern die Ziele dieses Artikels gegebenenfalls durch den Abschluss zwei- oder mehrseitiger Übereinkünfte und bemühen sich in diesem Rahmen sicherzustellen, dass die Unterbringung des Kindes in einem anderen Land durch die zuständigen Behörden oder Stellen durchgeführt wird.

Artikel 24: Gesundheitsvorsorge

(1) Die Vertragsstaaten erkennen das Recht des Kindes auf das erreichbare Höchstmaß an Gesundheit an sowie auf Inanspruchnahme von Einrichtungen zur Behandlung von Krankheiten und zur Wiederherstellung der Gesundheit. Die Vertragsstaaten bemühen sich sicherzustellen, dass keinem Kind das Recht auf Zugang zu derartigen Gesundheitsdiensten vorenthalten wird.

(2) Die Vertragsstaaten bemühen sich, die volle Verwirklichung dieses Rechts sicherzustellen, und treffen insbesondere geeignete Maßnahmen, um

a) die Säuglings- und Kindersterblichkeit zu verringern;

b) sicherzustellen, dass alle Kinder die notwendige ärztliche Hilfe und Gesundheitsfürsorge erhalten, wobei besonderer Nachdruck auf den Ausbau der gesundheitlichen Grundversorgung gelegt wird;

c) Krankheiten sowie Unter- und Fehlernährung auch im Rahmen der gesundheitlichen Grundversorgung zu bekämpfen, unter anderem durch den Einsatz leicht zugänglicher Technik und durch die Bereitstellung ausreichender vollwertiger Nahrungsmittel und sauberen Trinkwassers, wobei die Gefahren und Risiken der Umweltverschmutzung zu berücksichtigen sind;

d) eine angemessene Gesundheitsfürsorge für Mütter vor und nach der Entbindung sicherzustellen;

e) sicherzustellen, dass allen Teilen der Gesellschaft, insbesondere Eltern und Kindern, Grundkenntnisse über die Gesundheit und Ernährung des Kindes, die Vorteile des Stillens, die Hygiene und die Sauberhaltung der Umwelt sowie die Unfallverhütung vermittelt werden, dass sie Zugang zu der entsprechenden Schulung haben und dass sie bei der Anwendung dieser Grundkenntnisse Unterstützung erhalten;

Ausgewählte Artikel der UN-Kinderrechtskonvention im Wortlaut

f) die Gesundheitsvorsorge, die Elternberatung sowie die Aufklärung und die Dienste auf dem Gebiet der Familienplanung auszubauen.

(3) Die Vertragsstaaten treffen alle wirksamen und geeigneten Maßnahmen, um überlieferte Bräuche, die für die Gesundheit der Kinder schädlich sind, abzuschaffen.

(4) Die Vertragsstaaten verpflichten sich, die internationale Zusammenarbeit zu unterstützen und zu fördern, um fortschreitend die volle Verwirklichung des in diesem Artikel anerkannten Rechts zu erreichen. Dabei sind die Bedürfnisse der Entwicklungsländer besonders zu berücksichtigen.

Artikel 28: Recht auf Bildung; Schule; Berufsausbildung

(1) Die Vertragsstaaten erkennen das Recht des Kindes auf Bildung an; um die Verwirklichung dieses Rechts auf der Grundlage der Chancengleichheit fortschreitend zu erreichen, werden sie insbesondere

a) den Besuch der Grundschule für alle zur Pflicht und unentgeltlich machen;

b) die Entwicklung verschiedener Formen der weiterführenden Schulen allgemeinbildender und berufsbildender Art fördern, sie allen Kindern verfügbar und zugänglich machen und geeignete Maßnahmen wie die Einführung der Unentgeltlichkeit und die Bereitstellung finanzieller Unterstützung bei Bedürftigkeit treffen;

c) allen entsprechend ihren Fähigkeiten den Zugang zu den Hochschulen mit allen geeigneten Mitteln ermöglichen;

d) Bildungs- und Berufsberatung allen Kindern verfügbar und zugänglich machen;

e) Maßnahmen treffen, die den regelmäßigen Schulbesuch fördern und den Anteil derjenigen, welche die Schule vorzeitig verlassen, verringern.

(2) Die Vertragsstaaten treffen alle geeigneten Maßnahmen, um sicherzustellen, dass die Disziplin in der Schule in einer Weise gewahrt wird, die der Menschenwürde des Kindes entspricht und im Einklang mit diesem Übereinkommen steht.

(3) Die Vertragsstaaten fördern die internationale Zusammenarbeit im Bildungswesen, insbesondere um zur Beseitigung von Unwissenheit und Analphabetentum in der Welt beizutragen und den Zugang zu wissenschaftlichen und technischen Kenntnissen und modernen Unterrichtsmethoden zu erleichtern. Dabei sind die Bedürfnisse der Entwicklungsländer besonders zu berücksichtigen.

Ausgewählte Artikel der UN-Kinderrechtskonvention im Wortlaut

Artikel 31: Beteiligung an Freizeit, kulturellem und künstlerischem Leben, staatliche Förderung

(1) Die Vertragsstaaten erkennen das Recht des Kindes auf Ruhe und Freizeit an, auf Spiel und altersgemäße aktive Erholung sowie auf freie Teilnahme am kulturellen und künstlerischen Leben.

(2) Die Vertragsstaaten achten und fördern das Recht des Kindes auf volle Beteiligung am kulturellen und künstlerischen Leben und fördern die Bereitstellung geeigneter und gleicher Möglichkeiten für die kulturelle und künstlerische Betätigung sowie für aktive Erholung und Freizeitbeschäftigung.

Artikel 34: Schutz vor sexuellem Missbrauch

Die Vertragsstaaten verpflichten sich, das Kind vor allen Formen sexueller Ausbeutung und sexuellen Missbrauchs zu schützen. Zu diesem Zweck treffen die Vertragsstaaten insbesondere alle geeigneten innerstaatlichen, zweiseitigen und mehrseitigen Maßnahmen, um zu verhindern, dass Kinder

a) zur Beteiligung an rechtswidrigen sexuellen Handlungen verleitet oder gezwungen werden;

b) für die Prostitution oder andere rechtswidrige sexuelle Praktiken ausgebeutet werden;

c) für pornographische Darbietungen und Darstellungen ausgebeutet werden.

Artikel 39: Genesung und Wiedereingliederung geschädigter Kinder

Die Vertragsstaaten treffen alle geeigneten Maßnahmen, um die physische und psychische Genesung und die soziale Wiedereingliederung eines Kindes zu fördern, das Opfer irgendeiner Form von Vernachlässigung, Ausbeutung oder Misshandlung, der Folter oder einer anderen Form grausamer, unmenschlicher oder erniedrigender Behandlung oder Strafe oder aber bewaffneter Konflikte geworden ist. Die Genesung und Wiedereingliederung müssen in einer Umgebung stattfinden, die der Gesundheit, der Selbstachtung und der Würde des Kindes förderlich ist.

Sachwörterbuch

Elterliche Sorge (Sorgerecht): Solange Du noch nicht erwachsen bist, sind Deine Eltern für Dich verantwortlich, d.h. sie müssen darauf achten, dass Du gut versorgt bist (Personensorge), und auf alles aufpassen, was Dir gehört und von materiellem Wert ist (Vermögenssorge). Wenn Deine Eltern diese Pflichten nicht erfüllen oder Du in Deiner Familie nicht ausreichend geschützt bist, kann ein Familiengericht Deinen Eltern das Sorgerecht in Teilen oder vollständig entziehen und jemand anderes bestimmen, der für Dich sorgt.

Ergänzungspflegschaft: Wenn Dein Wohl gefährdet ist oder Deine Eltern nicht ausreichend für Dich sorgen können, kann vom Familiengericht eine weitere Person eingesetzt werden, die Teile des Sorgerechtes Deiner Eltern übernimmt. Diese zusätzliche Person wird Ergänzungspfleger*in genannt und kann in bestimmten, vom Familiengericht festgelegten Bereichen Entscheidungen für Dich treffen. Wenn nur ein Teil des Sorgerechtes für Dich an eine*n Ergänzungspfleger*in übertragen wird, nennt sich das Ergänzungspflegschaft. Die vollständige Übernahme des Sorgerechtes Deiner Eltern von einer anderen Person wird als Vormundschaft bezeichnet.

Familiengericht: Das Familiengericht ist eine Abteilung des Amtsgerichtes, die für die Entscheidung von Familiensachen zuständig ist. Hier werden alle Angelegenheiten, die Dich und Deine Familie betreffen (z. B. Sorgerechtsfragen, Umgangsrecht der Eltern, Schutz vor häuslicher Gewalt, Unterbringung gegen den Willen des Kindes, Adoption, Ehescheidung der Eltern), entschieden.

Geschlossene Heimunterbringung: Zu einer geschlossenen Heimunterbringung kommt es, wenn Kinder oder Jugendliche für sich oder für andere eine Gefahr darstellen. Dann wird diese Person gegen ihren Willen in einer Einrichtung mit besonderer Überwachung untergebracht. Außerdem wird kontrolliert, mit welchen Personen sie Kontakt hat. Für eine geschlossene Unterbringung ist nach § 1631b (BGB) eine Genehmigung des Familiengerichts notwendig. Eine geschlossene Unterbringung ist keine Strafe, sondern soll sicherstellen, dass der betroffenen Person durch Therapie oder sonstige Maßnahmen geholfen werden kann.

Hilfe zur Erziehung: Eltern haben einen Anspruch auf Hilfe zur Erziehung, wenn eine dem Wohl des Kindes oder der*des Jugendlichen entsprechende Erziehung durch die Eltern nicht gewährleistet ist und die Hilfe für die Entwicklung des Kindes oder der*des Jugendlichen geeignet und notwendig ist. Die verschiedenen Arten von Hilfen zur Erziehung sind im achten Buch des Sozialgesetzbuches (SGB VIII) beschrieben. Die einzelnen Hilfearten können in ambulante Erziehungshilfen (§ 28-§ 31), teilstationäre Erziehungshilfen (§ 32), stationäre Erziehungshilfen (§ 33-§ 34) und intensive Einzelbetreuung (§ 35) unterteilt werden. Bei den ambulanten Erziehungshilfen haben die Kinder und Jugendlichen ihren Lebensmittelpunkt weiterhin in ihrer Familie. Die Eltern erziehen und beaufsichtigen ihr Kind selbst und werden dabei gezielt durch pädagogische Angebote (Erziehungsberatung, soziale Gruppenarbeit, Erziehungsbeistand, Sozialpädagogische Familienhilfe) unterstützt. Bei teilstationären Erziehungshilfen verbringen die Kinder oder Jugendlichen einen Teil des Tages in einer entsprechenden Einrichtung und werden dort von pädagogischen Fachkräften betreut. Bei stationären Erziehungshilfen haben

Sachwörterbuch

Kinder und Jugendliche ihren Lebensmittelpunkt außerhalb der eigenen Familie und leben beispielsweise in einer anderen Familie oder in einer Kinder- und Jugendhilfeeinrichtung. Die intensive Einzelbetreuung wird individuell auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen zugeschnitten und kann sowohl ambulant als auch stationär erfolgen.

Hilfeplanverfahren: In einem Hilfeplanverfahren wird Schritt für Schritt geplant, wie Familien, Kindern und Jugendlichen am besten geholfen werden kann. Dabei werden konkrete Ziele und zur Zielerreichung notwendige Hilfen in einem Hilfeplan festgehalten. Die Wünsche und Rechte der Kinder, Jugendlichen und Eltern stehen bei all dem immer im Mittelpunkt. Die Erreichung der vereinbarten Ziele wird in regelmäßigen Hilfeplangesprächen (in der Regel alle 6 Monate) überprüft. Anschließend wird entschieden, ob die aktuelle Hilfe fortgeführt, verändert oder planmäßig beendet wird.

§ 1631b BGB (Freiheitsentziehende Unterbringung und freiheitsentziehende Maßnahmen):

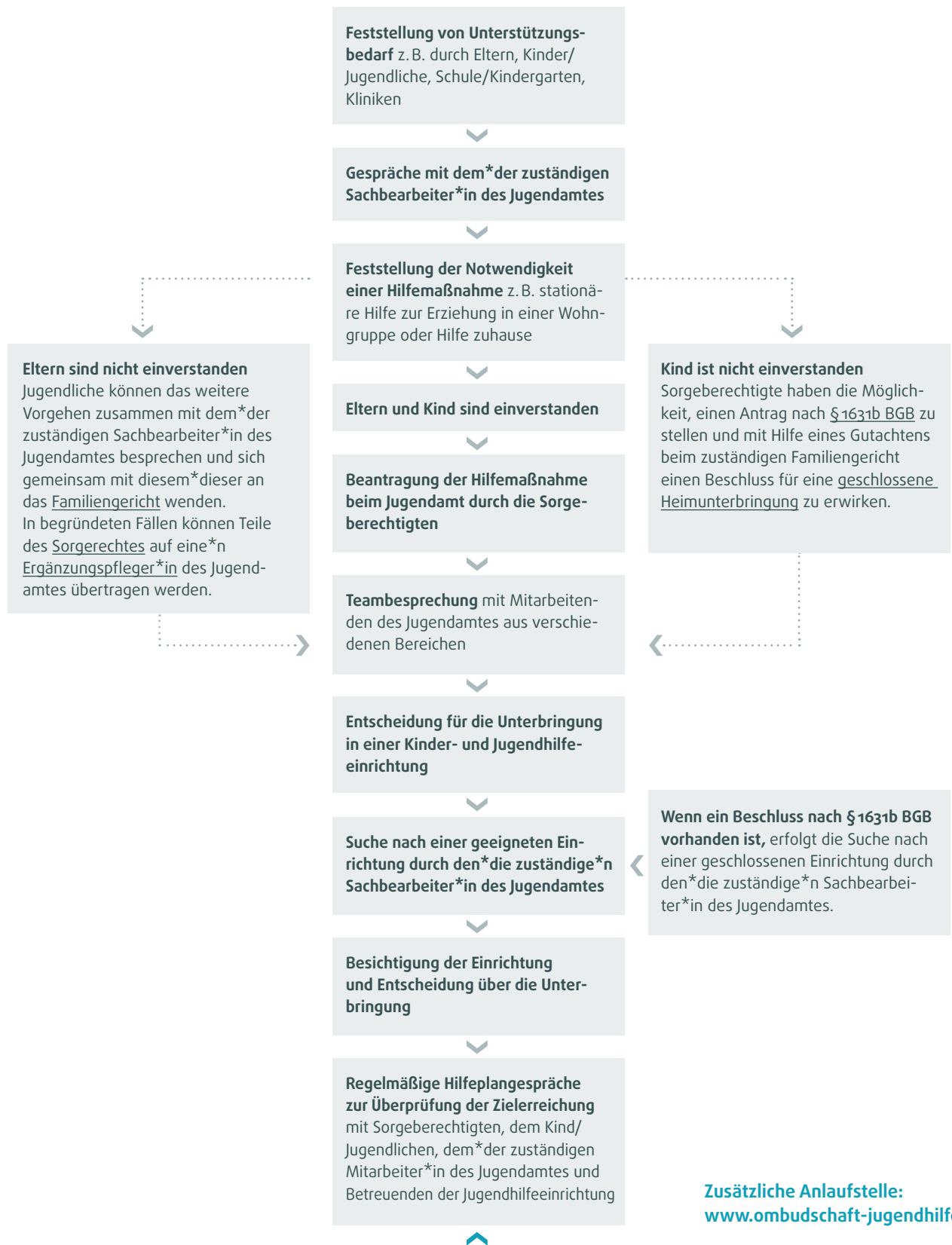
§ 1631b BGB Absatz 1: „Eine Unterbringung des Kindes, die mit Freiheitsentziehung verbunden ist, bedarf der Genehmigung des Familiengerichts. Die Unterbringung ist zulässig, solange sie zum Wohl des Kindes, insbesondere zur Abwendung einer erheblichen Selbst- oder Fremdgefährdung, erforderlich ist und der Gefahr nicht auf andere Weise, auch nicht durch andere öffentliche Hilfen, begegnet werden kann. Ohne die Genehmigung ist die Unterbringung nur zulässig, wenn mit dem Aufschub Gefahr verbunden ist; die Genehmigung ist unverzüglich nachzuholen.“

§ 1631b BGB Absatz 2: „Die Genehmigung des Familiengerichts ist auch erforderlich, wenn dem Kind, das sich in einem Krankenhaus, einem Heim oder einer sonstigen Einrichtung aufhält, durch mechanische Vorrichtungen, Medikamente oder auf andere Weise über einen längeren Zeitraum oder regelmäßig in nicht altersgerechter Weise die Freiheit entzogen werden soll. Absatz 1 Satz 2 und 3 gilt entsprechend.“

Erläuterung: Die Unterbringung von Kindern und Jugendlichen in einer geschlossenen Einrichtung gegen ihren Willen oder freiheitsentziehende Maßnahmen in anderen Einrichtungen, die sich über einen längeren Zeitraum erstrecken oder regelmäßig angewandt werden, müssen nach § 1631b BGB vorher durch das Familiengericht genehmigt werden. Dafür müssen bestimmte Bedingungen (z. B., dass man für sich selbst oder andere eine Gefahr darstellt und keine anderen Hilfemöglichkeiten mehr zur Verfügung stehen) erfüllt sein. Bei unmittelbarer Gefährdung können entsprechende Maßnahmen auch ohne die vorherige Erlaubnis des Familiengerichtes erfolgen. Die Genehmigung muss dann jedoch so schnell wie möglich nachgeholt werden.

Teilhabe: Teilhabe ist ein Begriff der Welt-Gesundheits-Organisation (WHO) und bedeutet so viel wie „Einbezogen sein in eine Lebenssituation“. Die Grundidee der Teilhabe ist, dass Menschen mit körperlichen oder seelischen Erkrankungen trotz ihrer Erkrankung an allen Bereichen des gesellschaftlichen Lebens (Berufs- und Sozialleben, Bildung, Kunst und Kultur) beteiligt werden und dazugehören, um ein selbstbestimmtes und zufriedenes Leben führen können.

Ablauf Deiner Unterbringung



MEINE ANSPRECHPERSONEN BEI PROBLEMEN

Name meiner Ansprechperson beim Jugendamt: Tel.

Name meiner Bezugsbetreuerin / meines Bezugsbetreuers in der Wohngruppe:

Notfallkoffer für unangenehme Gefühle

Was kannst Du tun, wenn Du Dich sehr traurig, wütend, ängstlich oder besorgt fühlst?
Was kannst Du zu Dir sagen, um Dich besser zu fühlen? Trage die Dinge, die Du tun oder denken kannst, um Dich besser zu fühlen, in Deinen persönlichen Notfallkoffer ein.



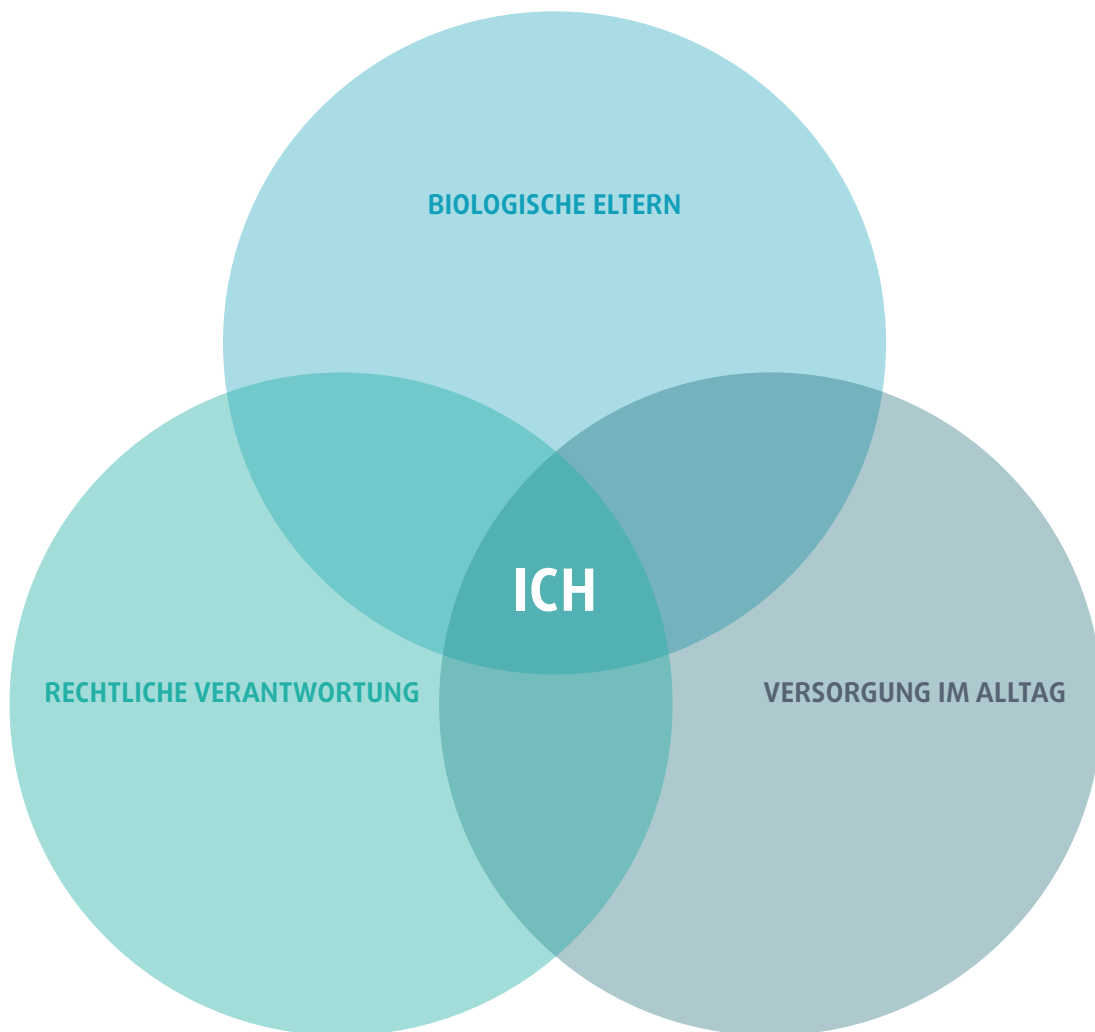
Gratulation! Damit ist Dein persönlicher Notfallkoffer für unangenehme Gefühle vollständig.

Biografiearbeit

Mein Weg hierher



Zwischen den Stühlen



Zwischen den Stühlen

Maries Eltern haben sich schon vor einiger Zeit getrennt. Während Marie zu Besuch bei ihrer Mutter ist, fragt diese, ob Maries Vater sich in letzter Zeit bei ihr gemeldet habe. Obwohl sich Marie mehr Kontakt zu ihrem Vater wünscht, meldet dieser sich nur sehr selten bei ihr. Deshalb antwortet sie ihrer Mutter wahrheitsgemäß, dass sie nichts von ihrem Vater gehört habe. Maries Mutter wird daraufhin wütend und schimpft über Maries Vater. Marie selbst sagt nichts dazu, weil sie sich nicht mit ihrer Mutter streiten möchte. Als Marie zurück in ihrer Wohngruppe ist, fragen die anderen sie, wie der Besuch bei ihrer Mutter war. Marie geht wortlos an ihren Mitbewohnerinnen und Mitbewohnern vorüber und verschwindet in ihrem Zimmer.

Beantworte die folgenden Fragen, um Maries Loyalitätskonflikt besser verstehen zu können.

Worin bestand Maries Loyalitätskonflikt?

Wie könnte sich Marie gefühlt haben?

Was könnte Marie gedacht haben?

Wie hat Marie sich verhalten?

Zwischen den Stühlen

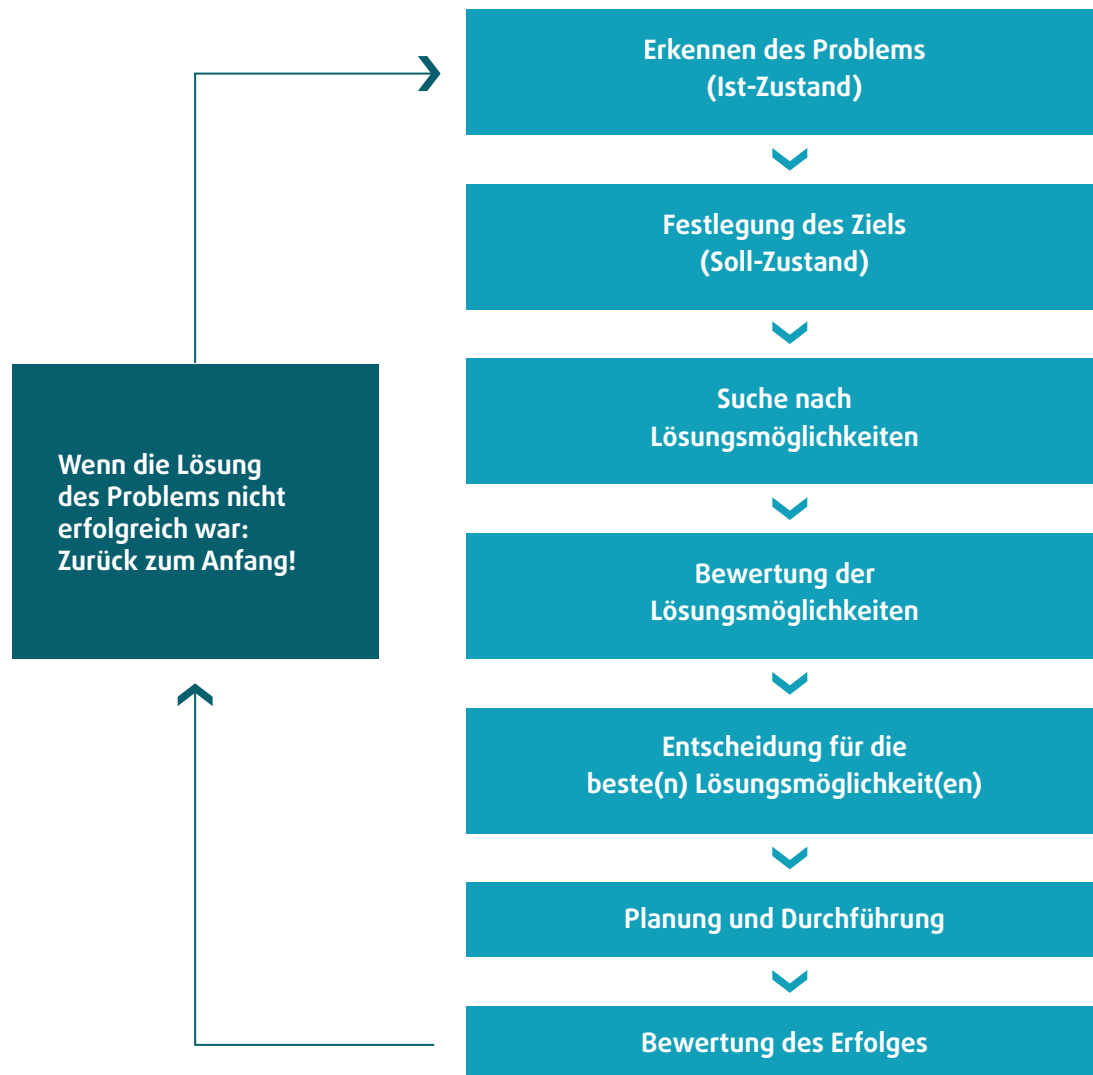
Fortsetzung:

Wie hätte Marie besser mit dem Loyalitätskonflikt umgehen können?

Das hast Du sehr gut gemacht! Stelle Maries Konflikt und Deine Lösungsmöglichkeiten nun der Gruppe vor und überlege gemeinsam mit den anderen, welche weiteren Möglichkeiten es gegeben hätte, positiv mit dem Loyalitätskonflikt umzugehen.

Lösung von Problemen

Der Alltag steckt voller Herausforderungen, die manchmal wie unlösbare Probleme erscheinen. Es lohnt sich dennoch, es zu versuchen. Das hier abgebildete Schema kann Dir dabei helfen, verschiedene Probleme erfolgreich zu bewältigen.



Wenn Du die folgenden Seiten ausfüllst und damit die einzelnen Schritte der Abbildung durchgehst, bist Du der Lösung Deines aktuellen Problems vielleicht schon ein Stück näher.

Lösung von Problemen

Erkennen des Problems (Ist-Zustand):

Ich bin unzufrieden damit, dass...

Festlegung des Ziels (Soll-Zustand):

Ich möchte erreichen, dass...

Suche nach Lösungsmöglichkeiten (erstmal nur sammeln, nicht bewerten!):

Welche Unterstützung brauche ich dafür (z. B. durch andere Personen)?

Lösung von Problemen

Bewertung der Lösungsmöglichkeiten (beste Lösungsmöglichkeit zuerst) anhand der

Fragen: Kann ich diese Lösungsmöglichkeit umsetzen? Erreiche ich damit mein Ziel?

1

2

3

4

5

6

Ausgewählte Lösungsmöglichkeit:

Planung der Umsetzung:

Wann

Wo

Wie

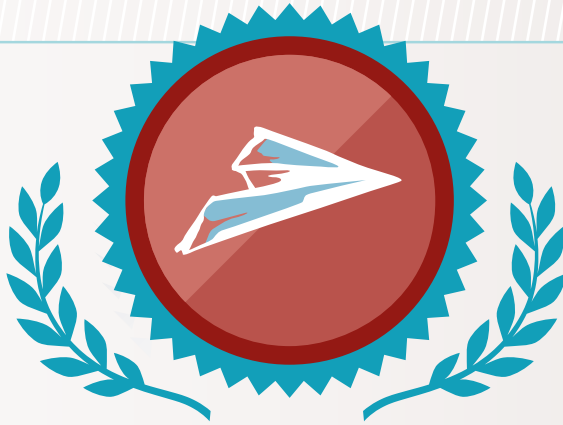
Lösung von Problemen

Bewertung des Erfolges: Habe ich mein Ziel erreicht?

Wenn nein: Warum nicht?

3 positive Dinge

Urkunde



Diese Urkunde wird verliehen an

.....

für sehr gute Mitarbeit im Projekt ANKOMMEN.

.....

.....

.....

Datum



Anhang 2: Sitzungsprotokolle



Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 1: Meine Rechte

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Kennenlernen der Teilnehmenden (Kennenlernspiele)
- ☐ Kurze Vorstellung des Vorhabens, Einführung des Workbooks als Begleitdokument
- ☐ Gemeinsame Erarbeitung der Gruppenregeln, Festlegung des Abschlussrituals
- ☐ Psychoedukation – Kinderrechte
- ☐ Psychoedukation – Diskussion der Leitfragen
- ☐ Psychoedukation – Ablauf einer Fremdunterbringung
- ☐ Psychoedukation – Beschwerde- und Partizipationsmöglichkeiten vor Ort
- ☐ Hausaufgabe: Wiederholung der Inhalte der Stunde
- ☐ Optionale Hausaufgabe: „Ablauf Deiner Unterbringung“
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

- ☐ Kennenlernspiel:
- ☐ Abschlussritual:
- ☐ Zusatzmaterial: „Ablauf Deiner Unterbringung“
- ☐ Sonstiges:
.....
.....
.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

.....

.....

.....

.....

.....

6. Sonstige Bemerkungen

.....

.....

.....

.....

.....





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 2: Gefühle

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Hausaufgabe und Wiederholung
- ☐ Psychoedukation zu Gefühlen – Gruppendiskussion mit Leitfragen
- ☐ Psychoedukation zu Gefühlen – Differenzierung von Emotionen
- ☐ Denken – Fühlen – Handeln-Quiz
- ☐ Kognitives Dreieck – Zusammenhang von Gefühlen, Gedanken und Verhalten
- ☐ Hausaufgabe: Wiederholung der Inhalte der Stunde, Ausfüllen der Übungsdreiecke
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

.....

.....

.....

.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 3: Einführung in die Biographiearbeit

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Hausaufgabe und Wiederholung
- ☐ Einführung in die Biografiearbeit
- ☐ Ausfüllen und Besprechung des Steckbriefes (Workbook-Seite: „Das bin ich“)
- ☐ Ausfüllen der Karte und Austausch über Erfahrungen aus vergangenen Wohnortwechseln
- ☐ Hausaufgabe: „Was macht Dich glücklich?“
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

.....

.....

.....

.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 4: Meine Geschichte

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Hausaufgabe und Wiederholung
- ☐ Geschichte der Fremdunterbringung
- ☐ Diskussion der Geschichte der Fremdunterbringung
- ☐ Geschichte der Ankunft in der aktuellen Wohngruppe
- ☐ Diskussion der Geschichte der Ankunft in der aktuellen Wohngruppe
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

.....

.....

.....

.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 5: Zwischen den Stühlen

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Wiederholung
- ☐ Merkmale und Aufgaben von Eltern
- ☐ Umgang mit Loyalitätskonflikten
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

- ☐ Zusatzseite zu Merkmalen und Aufgaben von Eltern (Seite Z.12)
- ☐ Fallvignette „Marie“ (Seite Z.13)

.....

.....

.....

.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 6: Meine offizielle Geschichte

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Wiederholung
- ☐ Vor- und Nachteile des offenen Umgangs mit der eigenen Fremdunterbringung
- ☐ Übung von selbstsicherem Verhalten
- ☐ Entwicklung der offiziellen Geschichte der eigenen Fremdunterbringung
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

.....

.....

.....

.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 7: Brieffreunde

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Wiederholung
- ☐ Brief an eine*n andere*n Jugendliche*n in der gleichen Situation verfassen
- ☐ Besprechung der Briefe
- ☐ 3 positive Dinge an anderen Teilnehmenden benennen
- ☐ Abschlussritual

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

.....

.....

.....

.....

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen





Sitzungsprotokoll zur Intervention ANKOMMEN

Sitzung 8: Ausblick und Abschluss

Datum:

Anzahl der Gruppenleitenden:

Teilnehmende:

1.
2.
3.
4.
5.
6.

1. Dauer: Minuten

2. Checkliste der Inhalte

- ☐ Gruppe willkommen heißen, Blitzlicht
- ☐ Wiederholung
- ☐ Wünsche, Ziele, Zukunftspläne
- ☐ Rückblick und Vorsorge
- ☐ Gute Wünsche für alle Gruppenmitglieder
- ☐ Abschlussritual
- ☐ Ende und Abschlussfeier

3. Zusätzliche Sitzungsinhalte oder Materialien

- ☐ Problemlöseschema
- ☐ Sonstiges:
-
-
-

4. Motivation der gesamten Gruppe

Bitte kreuzen Sie eine Zahl an.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

gar nicht
motiviert

äußerst
motiviert

5. Probleme/Schwierigkeiten bei der Durchführung der Sitzung

6. Sonstige Bemerkungen



Anhang 3: Kennenlernspiele

Was wäre, wenn ...? (siehe Arbeitsblatt unten)

Jede*r Teilnehmende bekommt das Arbeitsblatt „Was wäre, wenn ...?“ und soll dieses in Ruhe ausfüllen.

Die Zettel werden eingesammelt. Der*die Gruppenleitende mischt die Blätter und liest stichpunktartig einige Antworten von einem beliebigen Zettel vor. Die Gruppe muss nun erraten, wer das Blatt beschrieben hat. Danach können Fragen gestellt werden oder die Person kann ergänzende Informationen über sich geben.

Abwandlung: Der*die Gruppenleitende nennt einen Satz: z. B. „*Was wäre, wenn ich 1 Million Euro gewinnen würde, dann würde ich ...*“. Jede*r schreibt nun die Vervollständigung des Satzes auf. Anschließend werden alle Zettel eingesammelt, gemischt und verteilt. Jede*r liest den Satz des erhaltenen Zettels vor. Es wird nun erraten, wer den Satz geschrieben hat.

Wahrheit oder Lüge

Jede*r Teilnehmende überlegt sich drei Dinge, die er*sie über sich erzählen möchte (z. B. Hobbys, Erlebnisse, Interessen, Eigenschaften, ...). Zwei davon sind wahr, eine Sache darf man frei erfinden. Nachdem der Spielende seinen Namen gesagt hat, erzählt er*sie nun die drei Dinge. Der Rest der Gruppe muss raten und abstimmen, was wohl gelogen ist. Ziel ist es, die Lüge möglichst glaubwürdig zu verkaufen, um nicht erwischt zu werden.

Vorstellung mit Fragenkärtchen (siehe Fragenkärtchen unten)

Bei Vorstellungsrunden fällt es Teilnehmenden oft schwer, etwas zu erzählen. Meist endet es damit, dass jede*r fast dasselbe sagt. Deshalb empfiehlt es sich, die Teilnehmenden noch ein paar Fragen ziehen und diese neben der normalen Vorstellung beantworten zu lassen.

Überraschungsei

Jede*r Teilnehmende bekommt ein Überraschungsei. Die Überraschung in dem Ei sollen die Teilnehmenden auf sich beziehen.

Tipp: Die Überraschungseier sollten nacheinander ausgepackt werden.

Anhang 3: Kennenlernspiele

Was wäre, wenn ...?

Wenn für einen Tag alles möglich wäre, würde ich ...

Wenn ich Dinge zu mir beamen könnte, dann würde ich als Erstes Folgendes zu mir beamen:

Wenn es plötzlich eine Zombie-Invasion gäbe, dann ...

Wenn ich für einen Tag einen Klon hätte, dann ...

Wenn ich für einen Tag eine andere Person sein könnte, dann wäre ich ...

Wenn ich mein gesamtes Leben nur noch eine Sache essen dürfte, dann wäre das ...

Anhang 3: Kennenlernspiele

Fragenkärtchen

Wenn du für einen Tag unsichtbar wärst, was würdest du tun?	Wie viele Stunden Schlaf brauchst du, um ausgeschlafen zu sein?	Hast du ein Vorbild? Wenn ja, wen?	Hast du Angst vor Spinnen?
Welchen Smiley benutzt du am häufigsten, wenn du eine Nachricht schreibst?	Hättest du lieber Füße als Hände oder Hände als Füße?	Wenn du ein*e Superheld*in wärst, welche zwei besonderen Superkräfte hättest du?	Was ist dein unbeliebtestes Wort?
Was willst du in deinem Leben unbedingt einmal machen?	Liest du lieber Bücher oder schaust du lieber Filme? Was ist dein Lieblingsfilm/-buch?	Welche Eissorte gibt es noch nicht, sollte es deiner Meinung nach aber unbedingt geben?	Was war dein peinlichstes Erlebnis?
Hast du besondere Talente oder Fähigkeiten?	Welches Tier wäre deiner Meinung nach am lustigsten, wenn es sprechen könnte?	Was ist die unnötigste Superkraft, die du dir vorstellen kannst?	Wenn du für einen Tag ein anderes Geschlecht haben könntest, was würdest du tun?
Wenn du eine Zeitmaschine hättest, in welche Zeit würdest du reisen?	Wenn ein Film für dich Wirklichkeit werden würde, welcher sollte es sein?	Stell dir vor, du hast die Wunderlampe Dschinni aus dem Märchen Aladin in deinen Händen. Welchen Wunsch soll der Flaschengeist dir erfüllen?	Wenn du dein gesamtes Leben nur noch eine Sache essen dürftest, was wäre das?
Magst du lieber süßes oder salziges Essen?	Was ist deine Lieblingsserie?	Bist du kitzelig? Wenn ja, an welchen Stellen?	Bist du ordentlich?
	Was machst du, wenn dir langweilig ist?	Kannst du deine Zunge rollen?	

Anhang 4: Pausenspiele

Faules Ei

Alle Teilnehmenden stehen im Kreis und eine*r steht außerhalb des Kreises. Der*die Außenstehende hat ein Taschentuch oder einen vergleichbaren Gegenstand in der Hand und läuft um den Kreis herum. Bei einer*einem Teilnehmenden legt der*die Außenstehende den Gegenstand möglichst unauffällig hin und läuft dann weiter. Der*die Teilnehmende, bei dem*der der Gegenstand liegt, soll diesen aufnehmen und den*die Teilnehmende*n, der*die außerhalb des Kreises läuft, fangen, bevor er*sie am Platz angekommen ist. Gelingt es, ist der*die erste Teilnehmende noch einmal an der Reihe. Wird der*die erste Teilnehmende nicht eingeholt, muss der*die zweite Teilnehmende mit dem Taschentuch in der Hand um den Kreis laufen. Wird der Gegenstand nicht bemerkt und der*die erste Teilnehmende erreicht diesen nach einer gelaufenen Runde zum zweiten Mal, dann muss der*die Teilnehmende, bei welchem*welcher der Gegenstand lag, als „faules Ei“ in die Mitte. Dort bleibt er*sie, bis ein anderes „faules Ei“ gefunden wurde.

Flüsterpost

Die Teilnehmenden setzen sich in einen Kreis. Eine*r beginnt, der Person neben sich ein Wort ins Ohr zu flüstern. Die Person nebenan gibt das weiter, was sie verstanden hat usw., bis das Wort einmal die Runde gemacht hat und bei der Person vor demjenigen*derjenigen, der*die das Wort losgeschickt hatte, ankommt. Diese sagt es dann laut. Dadurch zeigt sich, ob das Wort so ankam, wie es losgeschickt wurde.

Gefühlspantomime

Ein oder zwei Teilnehmende spielen ein Gefühl vor und die anderen müssen es erraten.

Gefühlsexpert*in

Eine freiwillige Person geht als „Gefühlsexpert*in“ vor die Tür. In der Gruppe wird sich auf ein Gefühl geeinigt. Das Gefühl wird dem*der „Gefühlsexpert*in“ von allen vorgespielt, wenn diese*r wieder in den Raum zurückgerufen wird. Der*die Gefühlsexpert*in soll das dargestellte Gefühl erkennen und beschreiben.

Abwandlung: Ein*e Teilnehmende*r kann ein abweichendes Gefühl zeigen. Der*die „Gefühlsexpert*in“ soll beide Gefühle benennen und die Unterschiede zwischen diesen Gefühlen erklären.

Gib Acht

Ein*e Teilnehmende*r verlässt den Raum. Je nach Größe der Gruppe verändern zwei bis drei Teilnehmende etwas an ihrer Kleidung (z. B. Pulli ausziehen, Schnürsenkel öffnen, einen Zopf binden). Dann soll derjenige*diejenige, der*die vor der Tür stand, erraten, was verändert wurde.

Anhang 4: Pausenspiele

Obstsalat

Alle sitzen im Kreis und jede*r soll sich eine Frucht aussuchen, wobei Früchte auch doppelt genannt werden dürfen. Aus dem Kreis wird ein Stuhl weggenommen und der*die Teilnehmende ohne Stuhl stellt sich in die Mitte. Er*sie nennt mehrere Früchte (z. B. „Apfel, Banane, Birne!“). Diejenigen, deren Früchte genannt wurden, stehen auf und alle (auch der*die Teilnehmende in der Mitte) versuchen, einen Stuhl zu besetzen. Derjenige*diejenige, der*die keinen Stuhl ergattert, muss in die Mitte und nennt wieder ein paar Früchte. Alternativ kann auch „Obstsalat“ gerufen werden. Dann müssen alle aufstehen und einen neuen Stuhl ergattern (der Stuhl, auf dem man zuvor saß, ist nicht erlaubt).

Klatschen

Die Teilnehmenden setzen sich in einen Kreis. Es wird reihum geklatscht. Regeln (nach Belieben erweiterbar):

- Bei einmaligem Klatschen kommt der*die Nächste an die Reihe.
- Bei zweimaligem Klatschen gibt es einen Richtungswechsel.
- Bei dreimaligem Klatschen wird die nächste Person in der Runde übersprungen.

Faule Ausrede

Die Teilnehmenden sitzen im Kreis. *„Ich konnte gestern nicht zur Schule/Therapie/etc. kommen, weil ich unter Atemnot gelitten habe.“* – *„Ich konnte gestern nicht zur Schule kommen, weil ich wegen der Deutscharbeit Bauchschmerzen hatte.“* – Jede*r muss sich eine Krankheit als Entschuldigung ausdenken, die immer mit dem nächsten Buchstaben des Alphabets beginnen muss. Diese Übung ist eine gute Gelegenheit, der Phantasie freien Lauf zu lassen und lustige und ausgefallene Krankheiten zu erfinden, die als faule Ausreden herhalten müssen.

Bis 20 zählen

Die Gruppe erhält die Aufgabe, von 1 bis 20 durchzuzählen, wobei keine feste Reihenfolge eingehalten werden darf. Wenn zwei Teilnehmende die gleiche Zahl gleichzeitig nennen, muss neu gestartet werden.

Anhang 5: Denken – Fühlen – Handeln-Quiz

Instruktion

Dieses Quiz soll dabei helfen, die Unterscheidung von Gedanken, Gefühlen und Verhalten zu üben. Ich lese jetzt Wörter vor und ihr sollt erraten, ob es sich

- a) um **Gedanken**,
- b) um **Gefühle** oder
- c) um **Verhaltensweisen**

handelt.

glücklich	Es ist mein Fehler.	aufgeregt
rennen	neugierig	ängstlich
Ich bin klug!	verstecken	tief einatmen
schlagen	weinen	auf einem Fuß hüpfen
Sie mögen mich nicht.	singen	mutig
traurig	einsam	mit einem*einer Freund*in sprechen
spielen	Er*sie ist wütend auf mich.	sicher
wütend	Eis essen	Das ist unfair.
Ich schaffe das nicht!	spazieren gehen	Heute war ein schöner Tag.

Anhang 6: Informationsflyer



Das Ziel von ANKOMMEN

Das Ziel von ANKOMMEN ist es, Jugendlichen, die nicht zuhause wohnen, dabei zu helfen, die Erfahrung der Fremdunterbringung besser zu verarbeiten, um die Möglichkeiten der aktuellen Situation so gut wie möglich für sich nutzen zu können.

Ablauf von ANKOMMEN

Im Rahmen von ANKOMMEN finden im wöchentlichen Abstand insgesamt acht aufeinander aufbauende 90-minütige Gruppensitzungen statt. Eine Gruppe besteht dabei aus bis zu 8 Jugendlichen im Alter von 12–17 Jahren, die alle in der gleichen Einrichtung untergebracht sind. Die Gruppensitzungen finden in den Räumlichkeiten der Jugendhilfeeinrichtung statt und werden von zwei erfahrenen Fachkräften unserer Einrichtung geleitet.

Inhalte der Gruppenintervention

Die Teilnehmenden erfahren in ANKOMMEN mehr über ihre Rechte und über die Hintergründe von Fremdunterbringungen. Sie lernen, besser mit ihren Gefühlen umzugehen und sich aktiv mit ihrer persönlichen Geschichte auseinanderzusetzen. Sie teilen dabei ihre Erfahrungen mit anderen Jugendlichen, die vielleicht ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Anhang 6: Informationsflyer

Freiwilligkeit und Vertraulichkeit

Die Teilnahme an den Gruppensitzungen ist freiwillig und alles, was dort gesagt wird, wird vertraulich behandelt. Außerdem entscheiden die Jugendlichen selbst, über was sie mit den anderen Teilnehmenden sprechen und was sie lieber für sich behalten möchten.

Folgen persönlicher Klärungsprozesse

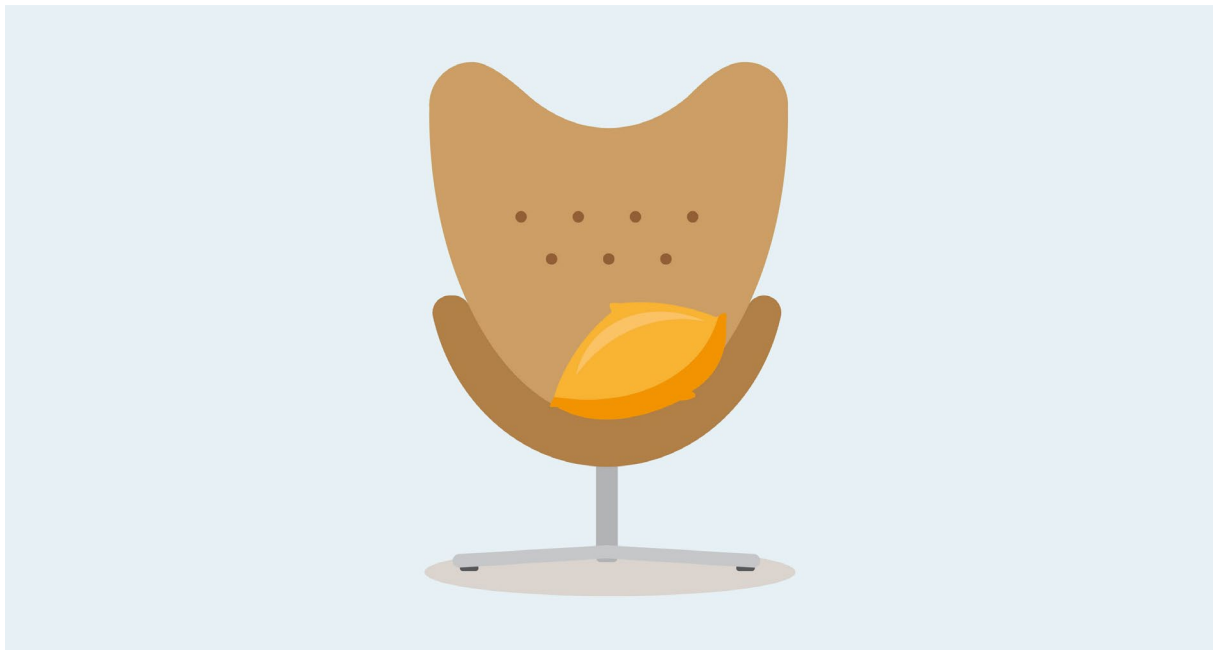
Es ist möglich, dass es im Rahmen von persönlichen Klärungsprozessen, angestoßen durch die Intervention, vermehrt zu Fragen von Jugendlichen an Eltern, Betreuende oder andere Fachkräfte kommt. Außerdem kann die Beschäftigung mit schwierigen Aspekten der Vergangenheit dazu führen, dass die Teilnehmenden vielleicht einmal trauriger oder nachdenklicher als sonst wirken. Die Intervention wird jedoch von erfahrenen Fachkräften durchgeführt, die darauf achten, dass die Teilnehmenden nicht überfordert werden. Auch die miteinbezogenen Betreuer*innen der Wohngruppen stehen bei Problemen als Ansprechpersonen zur Verfügung.

Bei Fragen, wenden Sie sich bitte an: _____

Anhang 7: Entspannungsübungen und Tools zur Stimmungsabfrage

Wir fühlen uns gleich viel besser, wenn wir lernen, unseren Körper und unsere Gedanken zu entspannen! Aber wie? Hier ist eine kurze Anleitung:

1. Setze Dich auf einen Stuhl. Achte dabei darauf, dass Du auch wirklich bequem sitzt. Deine Arme legst Du an die Seite, und Deine Füße stellst Du flach auf den Boden.
2. Schließe Deine Augen.
3. Stell Dir vor, dass Du einen Tonklumpen in der rechten Hand hast. Presse ihn so fest zusammen, wie Du nur kannst! Fühlst Du, wie angespannt Deine Hand- und Armmuskeln nun sind? Konzentriere Dich darauf. Drücke den Klumpen so lange zusammen, bis Du bis fünf gezählt hast.
4. Lass jetzt den Tonklumpen fallen und Deine Hand locker hängen. Fühlst Du den Unterschied? Konzentriere Dich nun darauf, wie entspannt Deine Hand- und Armmuskeln sind. Sage zu Dir: „Meine Hand ist entspannt.“
5. Wiederhole die Prozedur mit der linken Hand.
6. Welches Körperteil möchtest Du jetzt entspannen? Du kannst diesen Wechsel von An- und Entspannung mit vielen Teilen deines Körpers üben (z. B. Arme, Füße, Beine, Bauch, Rücken, Schultern, Gesicht, Brust, ...).



Anhang 7: Entspannungsübungen und Tools zur Stimmungsabfrage

Atme tief ein und aus.

Wenn wir aufgebracht sind, atmen wir oft kurz und flach und geben unserem Körper damit nicht den Sauerstoff, den er braucht. Tiefe Atemzüge können uns dabei helfen, zu entspannen.

Ein tiefer Atemzug geht so:

Du atmest langsam ein (zähle im Kopf bis fünf) und fühlst, wie sich Deine Lunge und Dein Bauch mit Luft füllen. Dann lässt Du die Luft etwas langsamer heraus (zähle im Kopf bis sechs). Achte auf die Luft, wie sie in Deinen Körper hineingeht und ihn wieder verlässt.

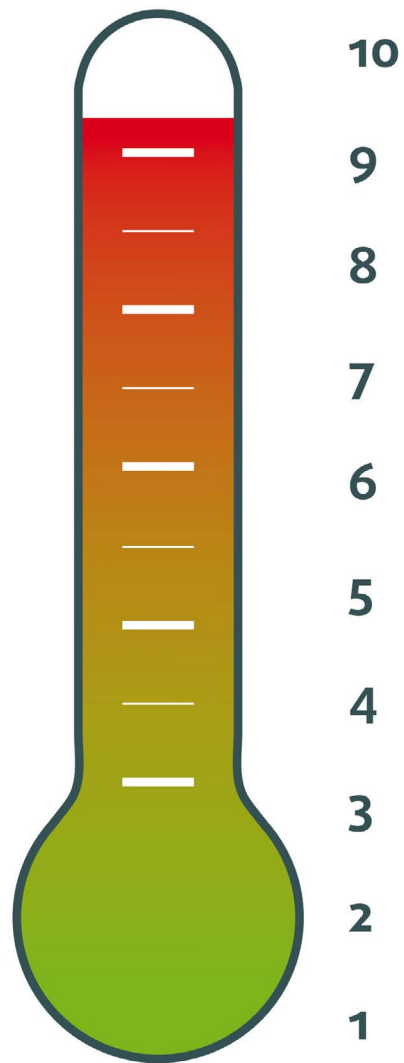
Du kennst ein langsames Lied, das Dich entspannt?

Dann kannst Du auch das nutzen, um deine Atmung zu kontrollieren. Schließe einfach Deine Augen und achte auf den Schlag der Musik. Atme während 3–5 Schlägen der Musik tief ein, halte den Atem für 3–5 Schläge an und atme danach wieder aus, ebenfalls langsam und während 3–5 Schlägen. Wiederhole das.



Anhang 7: Entspannungsübungen und Tools zur Stimmungsabfrage

Wie hoch ist Dein Stresslevel gerade?



Anhang 7: Entspannungsübungen und Tools zur Stimmungsabfrage

Wie ist Deine Stimmung gerade?

