



BALANX gGmbH | Weichselstraße 49 | 12045 Berlin

„Freistoß-FIT FÜR DEN JOB“ – Training zur Steigerung der Motivation zum Einstieg in das Berufsleben für straffällige Jugendliche und Heranwachende

Das Projekt **„Freistoß-FIT FÜR DEN JOB“** ist für die Steigerung der Motivation straffälliger Jugendlicher zum Einstieg in das Berufsleben konzipiert.

Die **Zielgruppe** des Projektes sind Jugendliche und Heranwachsende, die durch die Bewährungshilfe betreut werden und die bereits aus verschiedenen Gründen bei der Umsetzung von beruflichen Integrationsmaßnahmen gescheitert sind.

Ziel und Zweck allen pädagogischen Handelns im Projekt Freistoß ist die Herstellung einer **inneren (intrinsischen) Motivation zur eigenverantwortlichen Lebensführung** bei den Teilnehmern. Jede Intervention, sei es die Vermittlung in eine gesicherte Wohnsituation oder die Vorbereitung zur Aufnahme einer Therapie, ist dabei immer Mittel zum Zweck.

Folgende konkrete Ziele für die Teilnehmer setzen wir um:

- positive Persönlichkeitsentwicklung
- Stabilisierung der Lebensumstände
- Entwicklung einer realistischen Ausbildungsperspektive
- Förderung der Selbststeuerungskompetenzen
- Motivation zur Selbstständigkeit und Eigenverantwortung
- Vorbereitung zur Aufnahme einer: beruflichen oder schulischen Ausbildung
ambulanten oder stationären Therapie

Dauer und Inhalte des Projekts:

Das Training geht 3 Monate an allen Wochentagen von montags bis freitags. Im Einzelfall kann die Maßnahme um 3 Monate verlängert werden.

- 2 Mal in der Woche Fußballtraining in der Gruppe
- 1 Mal in der Woche Tennistraining in der Gruppe
- 2 Termine zur Einzelarbeit

Die Themen der Trainings sind:

- Umgang mit Konflikten
- Veränderungsmotivation
- Kommunikation
- Beziehungen und soziales Umfeld
- Ziele im Leben
- Gesundheit und Körpererleben
- Haushaltsführung/Verselbständigung
- Selbstreflexion und Feedback zu persönlichen Stärken und Schwächen
- Förderung der Kompetenzen zur Selbststeuerung
- Veränderung von riskantem/schädlichem Suchtmittelkonsum

Methoden

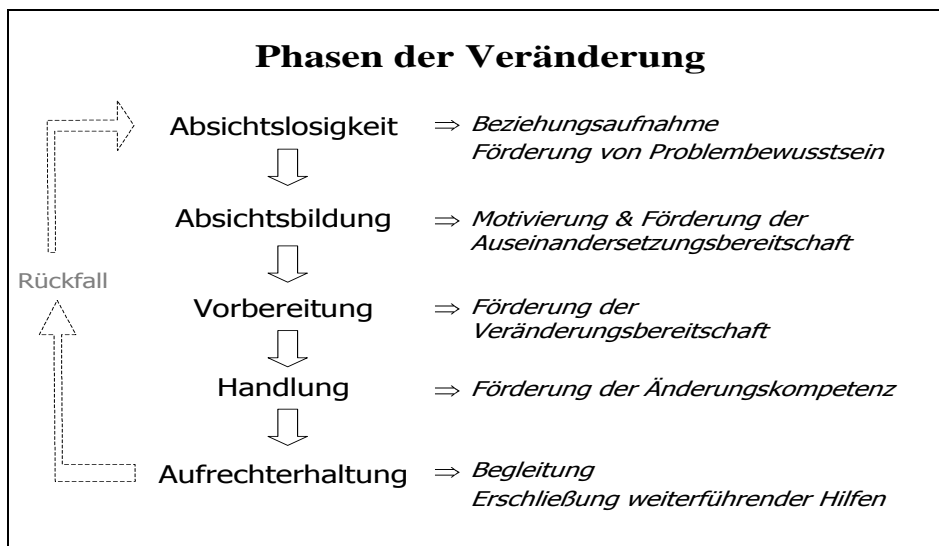
Sport als sozialpädagogisches Mittel

Die Entwicklungspotentiale, die über den Sport umgesetzt werden, sind übertragbar auf Arbeits- und Bildungszusammenhänge, werden vom Jugendlichen aber nicht automatisch damit in Verbindung gebracht (d.h. weniger Widerstände). Freude am Spiel, Gruppenerleben, Leistungsentwicklung, Erfolg als Einzelner und im Team stehen im Vordergrund und bieten Möglichkeiten zur Verbesserung des Selbstbildes. Die positiven Auswirkungen von Sport auf die psychische und körperliche Verfassung sind vielfach nachgewiesen. Die Trainingsarbeit im Sport wird in den Einzelgesprächen ausgewertet und verbessert dadurch die Lernerträge des Einzelnen zur Verwertung in anderen Lebensbereichen.

Motivierende Gesprächsführung

Die methodischen Grundlagen der Motivierenden Gesprächsführung nach Miller/Rollnick¹ beschreibt folgende Grundhaltung: Der beste Weg, jemanden dazu zu bringen, etwas zu tun (Veränderung), ist es, ihn zunächst dazu zu bringen, es selber zu wollen.

Es gibt klar definierte Voraussetzungen und grundsätzliche Bedingungen, die notwendigerweise erfüllt sein müssen, damit diese Entwicklung eines solchen Willens überhaupt möglich ist. Die inhaltliche Gestaltung und die methodische Umsetzung des Freistoß-Trainings ist genau darauf ausgerichtet, diese Voraussetzungen für den einzelnen Teilnehmer herzustellen. Hintergrund bildet das transtheoretische Modell der Verhaltensänderung²:



Die Beratungshaltung der Trainer orientiert sich an den Phasen dieses Modells. Einige Teilnehmer befinden sich möglicherweise zu Beginn des Trainings im Stadium der Absichtslosigkeit oder beginnender Absichtsbildung und sollen durch den systematischen Aufbau des Trainings durch die einzelnen Schritte der Verhaltensänderung begleitet werden.

¹ Miller, William R. / Rollnick, Stephen (2009): Motivierende Gesprächsführung. 3., unveränderte Auflage, Freiburg im Breisgau.

² Prochaska, J.O. / di Clemente, C.C. (1982): transtheoretical therapy: toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: theory, research and practice*, 19, 276-288.

Rückschritte sind nach diesem Modell an jeder Stelle der Veränderungsentwicklung möglich. Widerstand eines Klienten wird als Indikator dafür verstanden, dass sich der Helfer mit seiner Intervention „zu weit voraus“ befindet und an einer Phase arbeitet, in welcher der Klient sich noch nicht (oder nicht mehr) befindet.

Persönlichkeits-System-Interaktion

Wissenschaftliche Untersuchungen und die betriebliche Praxis haben gezeigt, dass beruflicher Erfolg nicht allein von Fachkompetenzen und Intelligenz, sondern in einem hohen Maße von Persönlichkeitskompetenzen bestimmt wird. Deshalb orientieren wir uns bei unserer Förderung zur Motivationsentwicklung an den Begriffen der „Persönlichkeitssystem Interaktion“ (PSI nach Julius Kuhl).³

Mit der **Erstreaktion** wird der Persönlichkeitsstil, d.h. die Art und Weise, wie zuerst auf vertraute oder neue Situationen reagiert wird, bezeichnet. Dieser Persönlichkeitsstil wird durch Stimmungen und/oder Temperament und z.T. auch genetisch und durch frühe Lern- und Lebenserfahrungen geprägt. Veränderungen sind, wenn überhaupt, nur durch langfristige Lern- und Entwicklungsprozesse möglich.

Mit der **Zweitreaktion** sind Fähigkeiten der Selbststeuerung beschrieben. D.h. welche Ressourcen stehen einer Person zur Verfügung, um angemessene Lösungsstrategien zu entwickeln? Diese Zweitreaktionen trainieren wir mit den Teilnehmern in den Beratungsgesprächen, während die Erstreaktionen weitestgehend stabil sind und natürlich auch als Ressourcen verstärkt werden können. Diese Selbststeuerungskompetenzen können extreme (manchmal „schädliche“) Erstreaktionen ausgleichen. Kuhl beschreibt folgende Kompetenzfelder und einzelne konkrete Kompetenzen, die sich über Testverfahren abbilden lassen:

- Selbstregulation:
 - Selbstmotivierung: Wie gut gelingt es mir, auch unangenehmen Dingen etwas Positives abzugewinnen?
 - Selbstberuhigung: Wie gut gelingt es mir, gelassen zu werden, wenn eine Situation Selbstberuhigung erfordert?
- Selbstkontrolle:
 - Planungsfähigkeit: Wie gut gelingt es mir, planvoll und strukturiert an schwierige Aufgaben und Ziele heranzugehen?
 - Angstfreie Zielorientierung: Kann ich auch unangenehme oder schwierige Dinge anpacken, ohne mich allzu sehr selbst unter Druck zu setzen?
- Willensbahnung:
 - Initiative: Allgemeine Fähigkeit, die zur Initiierung von Handlungen nötige Energie aufzubringen.
 - Absichten umsetzen: Fähigkeit, Energie zum Umsetzen *eigener* Handlungsabsichten aufzubringen vs. Aufschiebeverhalten.
 - Konzentration: Fähigkeit, Ablenkungen zu unterbinden.
 - HOP, Prospektive Handlungsorientierung: Handlungsorientierung in komplexen Situationen, in denen besondere Belastungen vorliegen.

³ Kuhl, Julius (2001): Motivation und Persönlichkeit: Interaktion psychischer Systeme, Göttingen.

- Selbstzugang:
 - Misserfolgsbewältigung: Konstruktiver Umgang mit Misserfolgen (Lernen aus Fehlern).
 - Selbstgefühl: Übereinstimmung der Erwartungen anderer, mit dem was man selbst will, wird regelmäßig geprüft.
 - Integration: Fähigkeit, widersprüchliche Aspekte und Wahrnehmungen in das Selbstsystem zu integrieren.
 - HOM, Handlungsorientierung nach Misserfolg: Handeln vs. Lähmung nach Misserfolgen.

Umgang mit Konflikten und Kommunikation

In „konfliktüberlasteten“ Kontexten ist es sicherlich auch eine Stärke, Konflikte vorübergehend „auszublenden“, um Überforderung zu vermeiden und somit zumindest den subjektiven Eindruck von punktueller Handlungsfähigkeit zu erreichen, somit quasi an der Last nicht zu zerbrechen. Das ist als kurzfristige Lösung sicherlich akzeptabel, schafft aber in der Regel keine langfristigen, nachhaltigen Lösungen. Ist dieses Konfliktmuster der Verdrängung jedoch internalisiert, also unreflektiert verselbständigt, besteht ein Risiko, dass der Jugendliche sich in seinem Agieren zur Lösung seiner Probleme immer machtloser erlebt. Diese Ohnmacht führt mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit zu Kompensationshandlungen: Suchtverhalten, Aggression/Gewalttätigkeit, seelischen und psychischen Erkrankungen. Als ausgebildete Mediatoren trainieren wir die Teilnehmer in der konstruktiven Austragung von Konflikten.

Abschluss/Überleitung

Der Verlauf und der Erfolg der Maßnahme des Absolventen werden regelmäßig bilanziert. Wir erstellen im Abschlussbericht eine Diagnose zur Entwicklung der Selbststeuerungskompetenzen der Teilnehmer. Der Bericht gibt klare Hinweise für Potentiale und Entwicklungsaufgaben des Teilnehmers. Ergänzend gibt es ein ressourcenorientiertes Feedback. Ein Abschluss- und Auswertungsgespräch mit dem/der Bewährungshelfer/in beendet die Maßnahme.

Stand: Juni 2013