

KOMPASS-Basisgruppe

Zürcher Kompetenztraining für Jugendliche und junge Erwachsene mit Autismus-Spektrum-Störungen

Teilnehmer*innen

Die Gruppe besteht aus ca. 9-10 Teilnehmer*innen und richtet sich an jugendliche Mädchen und Jungen und junge Erwachsene im Alter ab ca. 13 Jahren (ab der Oberstufe) bis ca. 25 Jahren mit einem Asperger-Syndrom (AS) oder Atypischem Autismus (AA).

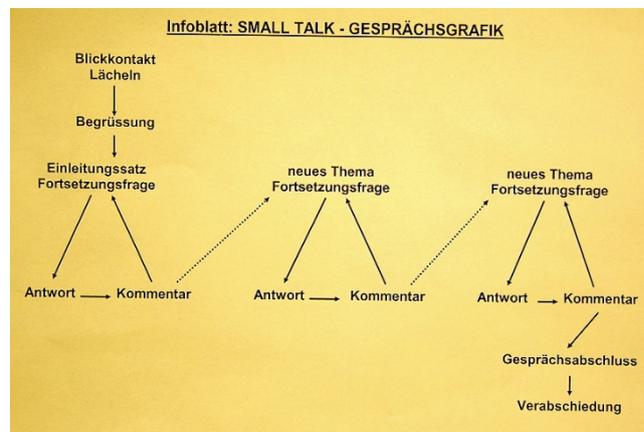
Die sogenannte "jüngere Gruppe" besteht aus Schüler*innen der 2.-3. Oberstufe, des 10. Schuljahrs und selten der 1. Oberstufe. In der „ältere Gruppe“ sind Auszubildende in der Lehre, Studierende, Schüler*innen des 10. Schuljahr und der oberen Gymnasial-Klassen sowie junge Berufstätige und Arbeitslose bis ca. 25 Jahre.

Es wird mit dem selbst entwickelten KOMPASS-Praxishandbuch von Jenny, Goetschel, Schneebeli, Rosinelli & Steinhausen (2. Auflage 2020) gearbeitet.



Module

- **Emotionen** (ca. 10 Termine); Genaues Benennen von Gefühlen, mimisch-gestisches Erkennen und Darstellen von Gefühlen, typisches Reagieren auf Gefühle
- **Small Talk** (ca. 10 Termine): Zweck, Small Talk-Themen und Small Talk-Gesprächsablauf, der „wechselseitige Kommunikation“ schafft.
- **Nonverbale Kommunikation** (ca. 10 Termine); Ersteindruck & höfliches Verhalten, Körperhaltung & Nähe-Distanz, Gestik, Blickverhalten, Mimik, Stimme und dann Integration aller nonverbalen Elemente.



Konzept

Die Grundhaltung ist personenzentriert sowie prozess- und ressourcenorientiert (z.B. Stärke der Detailwahrnehmung, Systematisieren). Bei der konzeptuellen Umsetzung gehen wir aufgrund von Forschungsbefunden davon aus, dass soziale Fertigkeiten bewusst gelernt und intellektuell nachvollzogen werden können. Das Gruppentraining soll den Teilnehmer*innen eine bewusste, kontextabhängige Wahl aus verschiedenen sozialen Verhaltens- und Kontaktalternativen ermöglichen.

Soziale Fertigkeiten werden kognitiv verstehbar gemacht. Jede soziale Kompetenz wird in kleine Teilschritte aufgegliedert, die zuerst separat vermittelt und geübt und dann zu einem ganzen Verhaltensablauf zusammengefügt werden. Wir 'verführen' die Teilnehmer*innen so oft wie möglich zu Interaktionen. Die wöchentlichen Trainingsaufgaben (z.B. Übungen, Beobachtungen) im Umfang von ca. 20 Min./Woche stellen einen festen Bestandteil der Gruppenbehandlung dar. Sie erlauben einen grösseren Trainingseffekt und stellen im Besonderen einen Schritt zur Generalisierung und zum Transfer der erlernten Fertigkeiten dar.

Elternarbeit

Es wird Wert auf die Zusammenarbeit mit den Eltern gelegt. Die Eltern nehmen an 3 Informationsabenden im Verlauf der Gruppenbehandlung teil, die auch Lehrpersonen und Ausbildnern offenstehen. Zudem organisieren wir einmal pro Jahr einen sozialen Anlass (z.B. Filmmachmittag, Klettern) für alle aktuellen und bisherigen KOMPASS-Teilnehmer*innen und einen für die Familien.

Vorgehensweise

Das Gruppentraining findet wöchentlich nach der Schule/Ausbildung während 90 Minuten statt. Der Ablauf ist strukturiert und beinhaltet eine Befindlichkeitsrunde, Lektionen, eine Pause mit einem Snack und Trainingsaufgaben. Wir arbeiten immer wieder mit Visualisierungsmitteln. Alle Teilnehmer*innen bekommen einen klar strukturierten Ordner für alle abgegebenen Informations- und Arbeitsblätter, Beobachtungsprotokolle sowie die Blätter mit den Trainingsaufgaben.

Die sozialen Fertigkeiten sowie das entsprechende Hintergrundwissen werden auf Informationsblättern zusammengestellt und abgegeben. Der Übungsteil besteht aus Rollenspielen, selbst entwickelten Regelspielen, Video-Feedback, der Bearbeitung von Arbeitsblättern und Beobachtungsaufgaben. Es wird nicht nur im Plenum, sondern auch in Halbgruppen gearbeitet. In der Pause besteht Raum, sich über Erlebnisse auszutauschen und eigene Fragen einzubringen.

Evaluation

KOMPASS gibt es seit April 2004 und wurde seither auf die Wirksamkeit untersucht. Die Ergebnisse (N=108 Teilnehmer*innen) zeigen gemäss Beobachtungen der Eltern eine signifikante Abnahme der autistischen Verhaltensweisen und einen Zuwachs an sozialen Kompetenzen an, wobei beides auch nach ein Jahr nach Trainingsende beobachtbar ist und sich teilweise noch weiter verbessert. Die Lehrpersonen/Ausbildner beobachten ebenfalls, wenn auch weniger deutlich, in mehreren Bereichen signifikante Verbesserungen. Die Betroffenen und ihr Umfeld geben an, dass die ehemaligen KOMPASS-Teilnehmer*innen mehr auf Andere zu gehen, sich für sie interessieren und als höflicher wahrgenommen würden. Sie führten mehr und vielseitigere Gespräche und hörten besser zu. Ihre Körpersprache wirkte zugewandter und interessierter. Viele bemühten sich darum, das Gegenüber zu verstehen und seien sich der eigenen Wirkung auf Andere bewusster.

Kontakt: Dr. phil. Bettina Jenny, Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie (KJPP), Neumünsterallee 3, Postfach, 8032 Zürich, 043 499 26 26, bettina.jenny@pukzh.ch.

Beobachtungsprotokoll - Jugendlicher: NONVERBALE KOMMUNIKATION - GESTIK

Alle wählen die Stelle, die Du bei anderer beobachtet hast, und in Klammern die entsprechende Beobachtung

Beobachter	Mit dem Zuhörer zeigen (Ziel wieder geht es zu Tisch)	Schüler/Elternteil (Ziel wieder nicht)	Auf (Ziel, der ist nicht?)
Ma			
Di			
Mi			
Do			
Fr			
Sa			

Beobachtungsprotokoll - Eltern: NONVERBALE KOMMUNIKATION - GESTIK

Siehe neben dir die Stelle, die Du bei ihrer Tochter/Dem Sohn beobachtet haben

Beobachter	Mit dem Zuhörer zeigen (Ziel wieder geht es zu Tisch)	Schüler/Elternteil (Ziel wieder nicht)	Auf (Ziel, der ist nicht?)
Ma			
Di			
Mi			
Do			
Fr			
Sa			

Infoblatt: NONVERBALE KOMMUNIKATION - BLICKVERHALTEN

Blickverhalten

Mit **Blickkontakt** ist gemeint, dass man einem anderen Menschen in die Augen sieht. Mit Blickkontakt zeigt man Interesse am Gegenüber.

Blickrichtung zeigt, was oder wem man gerade Aufmerksamkeit schenkt. Mit der Blickrichtung kann man dem Gegenüber zeigen, was einem selbst interessiert, und dessen Aufmerksamkeit darauf lenken.

Angemessener Blickkontakt bedeutet, dass man das Gegenüber immer wieder für 2-3 Sekunden anblickt, dann für einen Moment wegschaut und dann das Gegenüber erneut anschaut.

Der Sprecher zeigt meist etwas weniger Blickkontakt, da er oft wegschaut, während er nachdenkt und den nächsten Satz formuliert.

Der Zuhörer zeigt meist etwas mehr Blickkontakt, um dem Gegenüber zu signalisieren, dass er noch zuhört, und um zu erkennen, wann er auf das Gesagte reagieren soll und kann.

- + Angemessener Blickkontakt zeigt, dass man zuhört und interessiert ist
- + Mit Blickkontakt kann man die Aufmerksamkeit des Gegenübers lenken, z.B. weil man etwas fragen oder zeigen möchte
- Fehlender Blickkontakt wirkt unhöflich, schüchtern oder uninteressiert
- Zu langer, starrer Blickkontakt wirkt aggressiv, verunsichernd und einschüchternd.

Man setzt Blickkontakt aus verschiedenen Gründen ein:

Arbeitsblatt: EMOTIONEN - GEFÜHLE IN DER FAMILIE
MEINE GEFÜHLE - DEINE GEFÜHLE

Name: _____

Auf der ersten Zeile schreibst du auf, in welcher Situation du das vorgegebene Gefühl erlebst. Auf der zweiten Zeile ergänzt du zuerst ein Familienmitglied (z.B. Mutter, Vater, Schwester, Bruder) und notierst dann, in welcher Situation sie das vorgegebene Gefühl erleben. Wenn du nicht weisst, in welcher Situation sich deine Eltern oder Geschwister auf eine bestimmte Art fühlen, fragst du sie, denn es ist wichtig, dass du das weisst.

Gefühl	Ich erlebe es, wenn...	Mein Familienmitglied erlebt es, wenn...
Ich bin glücklich, wenn ich _____	Meine _____ ist glücklich, wenn sie _____	
Ich bin stolz, wenn _____	Meine _____ ist stolz, wenn _____	
Ich bin zufrieden, wenn _____		

