Die Denkzeit – METHODE

Das DENKZEIT-Training vermittelt den Teilnehmern sozialkognitive Kompetenzen, die sie befähigen sollen, sich in sozialen Konflikten und moralischen Entscheidungssituationen besser als bisher zurechtzufinden, Handlungsalternativen zu entwickeln und die Folgen des eigenen Handelns auch für andere Menschen einschätzen zu können. Der Teilnehmer soll lernen, in komplexen und emotional belastenden Situationen einen kurzen Augenblick innezuhalten („DENKZEIT"), seine Affekte wahrzunehmen und moralisch begründete Entscheidungen zu treffen.

Die DENKZEIT-Methode ist ein pädagogisches Einzelverfahren, d.h. ein ausgebildeter „Trainer" arbeitet mit einem Teilnehmer in 40 Sitzungen ein Programm durch, das sich aus vier Modulen zusammensetzt:

- Soziale Informationsverarbeitung
- Affektmanagement
- Moralisches Denken und Handeln
- Freies Training
  (Transfer in die Lebenswelt des Teilnehmers)

Das Programm ist manualisiert. Die Sitzungen der ersten drei Module sind in ihren Zielen, Inhalten und Beispielen festgelegt. In den Sitzungen des vierten Moduls wird das Gelernte anhand alltäglicher Konflikte des Teilnehmers durchgearbeitet und gefestigt.

Für die Wirksamkeit der DENKZEIT-Methode ist es besonders wichtig, dass der DENKZEIT-Trainer mit dem Jugendlichen eine sehr verlässliche, anerkennende, aber auch fordernde Beziehung eingeht. Dieses Arbeitsbündnis bildet den Rahmen für eine wirkungsvolle gemeinsame Arbeit. Die DENKZEIT-Trainer haben gelernt, den Jugendlichen mit einem psychologischen Verständnis pädagogisch zu begegnen.

In der Nutzung des Arbeitsbündnisses und in dem Verständnis für die Beziehungssituation liegt die psychoanalytische Fundierung der DENKZEIT-Methode.

DENK-MIT!
psychosoziale Arbeit mit jungen Menschen

Denk-Mit! e.V.
Dahlbergweg 1
21682 Stade

Telefon:
04141 - 690 49 44

info@denkmit-ev.de
www.denkmit-ev.de

1. Vorsitzende
Sigrid Koppelmann
Diplom Sozialpädagogin, zertifizierte Denkzeittrainerin
E-Mail: koppelmann@denkmit-ev.de

2. Vorsitzender
Ulrich Donner
Diplom Sozialpädagoge, zertifizierter Denkzeittrainer
E-Mail: donner@denkmit-ev.de

Finanzen
Aida Haidar
Steuerfachangestellte
E-Mail: haidar@denkmit-ev.de

Schriftführer und Öffentlichkeitsarbeit
Hans-Georg Baatz
Beamter i.R.
E-Mail: baatz@denkmit-ev.de

Vereinsregisternummer: 200 786
Steuernummer: 43/270/35 296

Bankverbindung
Sparkasse Stade Altes Land
BIC: NOLADE21STS
IBAN: DE 242 415 1005 1210 1238 89

DENK-MIT!

psychosoziale Arbeit mit jungen Menschen

DENKZEIT-TRAINING

Sozialkognitives Einzeltraining zur Förderung Sozialer Kompetenzen.

Entwickelt für aggressiv-auffällige oder delinquente Kinder, Jugendliche, Heranwachsende und Erwachsene in ambulanten und stationären Settings.

In Zusammenarbeit mit DENKZEIT
www.denkzeit.com

Die DENKZEIT-TRAININGSPROGRAMME

Wenn wieder ein Brief aus der Schule kam, stritten sich meine Eltern meistens und machten sich gegenseitig an, wer Schuld daran war, dass ich so ein Scheiß-Typ bin. Ich ging dann immer in mein Zimmer und machte die Musik ganz laut an.

Als ich einmal weinend nach Hause kam, weil mich ein anderer Junge geschlagen hatte, bekam ich von meinem Vater noch zusätzlich Ohrfeigen. Eines Tages kamen die Eltern eines Jungen zu uns nach Hause, sie wollten sich beschweren, weil ich ihrem Sohn die Lippe blutig geschlagen hatte. Mein Vater pöbelte sie an, dann kam er zu mir und gab mir 5,- €.

DENKZEIT-JGG (§ 10 JGG)
Das DENKZEIT-Training nach JGG ist die „Ursprungsmethode“, aus der sich alle weiteren entwickelt haben. Es ist eine „eins-zu-eins-Methode“, d. h., ein ausgebildeter Pädagoge („Trainer“) arbeitet mit einem Jugendlichen über einen Zeitraum von ca. 7-9 Monaten (40 Sitzungen) zusammen.

Das DENKZEIT-Training ist als Manual ausgearbeitet, d. h., die ersten 24 Sitzungen sind in ihren Zielen, Methoden, Beispielen und didaktischen Hinweisen ausgearbeitet. „Trainer“ und Jugendlicher arbeiten das vorbereitete Material durch. Am Anfang jeder Sitzung wird die Übung der letzten wiederholt und nach jeder Sitzung bekommt der Jugendliche „Hausaufgaben“, um ihn auch über die Sitzungen hinaus mit DENKZEIT zu beschäftigen. Das Training ist in kleine Schritte eingeteilt, der Jugendliche erlebt immer wieder Erfolge, und er kann das Gelernte in seinem Alltag unmittelbar anwenden.

Das Programm zielt auf die Förderung bestimmter, „sozialkognitiver“ Fähigkeiten, die als Schutzfaktoren gegen Delinquenz bekannt sind (wie z. B. Kontrolle selektiver Wahrnehmung, Wahrnehmung und Kontrolle eigener Affekte, Erkennen der Affektausdrücke anderer, Erkennen und Kontrolle eigener Neigung, anderen Personen feindselige Absichten zu unterstellen, Perspektivenübernahme und Empathie, Moralisches Urteilsvermögen, Antizipation). Die Haltung des Trainers wird als besonders einflussreich eingeschätzt: zugewandt, aber auch fordernd und verlässlich, aber auch klar abgegrenzt.

Zugang: Voraussetzung zur Teilnahme ist eine richterliche Weisung.

DENKZEIT-Für den Jugendstrafvollzug
Seit 2006 wird das überarbeitete sozialkognitive Trainingsprogramm sehr erfolgreich in Jugendvollzugsanstalten angewandt. In der JVA Hahnöfersand, Hamburgs einziger Jugendanstalt, wird das DENKZEIT-Training als Regelangebot für die dort einsitzenden Jugendlichen angeboten.

DENKZEIT-interaktionell (§ 10 JGG)
Eine Methode für Menschen mit Schwierigkeiten, sich selbst und die Beziehungen mit anderen zu regulieren.
Dieses Angebot richtet sich vor allem an aggressiv-delinquente Jugendliche und Heranwachsende, die mit herkömmlichen pädagogischen Interventionen nur schwer, therapeutischen kaum jemals, erreichbar sind. Sie haben deshalb oft lange Jugendhilfekarrieren hinter sich und bleiben Unterstützungsversuchen gegenüber häufig verschlossen. Sie fallen durch Impulskontrollstörungen auf, zeigen in sozialen Konflikten wiederholt unangemessene Problemlösungsstrategien.

Mit einem speziell entwickelten, manualisierten und modularisierten Verfahren werden gezielt interaktionelle und sozialkognitive Kompetenzen geschult, die als delinquenzpräventive Schutzfaktoren gelten.

Voraussetzung für einen Erfolg ist ein Mindestmaß an Leidensdruck (mindestens durch die Konsequenz des eigenen Verhaltens) oder den Wunsch nach Veränderung und die Bereitschaft, sich auf ein Trainingsprogramm mit klaren Rahmenbedingungen einzulassen.

DENKZEIT-präventiv als Hilfe zur Erziehung
Denkzeit-präventiv (als HzE – Leistung nach §27 SGB VIII durch das Jugendamt) richtet sich an dissoziale Kinder und Jugendliche im Alter von 13-16 Jahren, die sich wiederholt aggressiv auffällig verhalten. In 30 manualisierten Einzelsitzungen wird an der Verbesserung der sozialen Kompetenz gearbeitet. Zusätzlich, um das soziale Beziehungsgeflecht des Jugendlichen zu stabilisieren, unterstützt der DENKZEIT-Trainer Eltern und Lehrer in einem wertschätzenden Umgang und vermittelt ggf. Hintergründe, die zu einem besseren Verständnis der Entwicklungsproblematik beitragen.

Immer, wenn er auf sie einschlug, versuchte ich meine Mutter zu beschützen, meistens haute er dann auch immer auf mich ein. Als ich 14 oder 15 war, habe ich das erste Mal zurückgeschlagen, seitdem lass ich mir von niemandem mehr etwas gefallen.

Ich weiß noch, als ich neu in der Schule war, und einer ankam und den „dicken“ raushängen lassen wollte und die anderen anfingen mich auszulachen, da habe ich dem eine reingehauen, dass er gleich unten lag und dann noch paar mal mit dem Fuß zutreten, dass ist dann richtig geil, dann hat keiner mehr gelacht.

Denkzeit-Projekttage für Schulklassen
Das primärpräventive Programm zur Förderung sozialer Kompetenzen für Schulklassen richtet sich an 12-16 jährige Schüler. Angesprochen werden Klassen, die sich im Umgang untereinander, Verhalten bei aggressiven Auseinandersetzungen und mit Fragen von Moral beschäftigen möchten. Das Programm ist manualisiert und modularisiert und enthält Übungen für 1-3 Projekttage, oder eignet sich für die regelmäßige Anwendung, z. B. im Rahmen des Ethikunterrichts oder als Grundlage für die Arbeit an sozialen Kompetenzen im Rahmen der Aufgaben der offenen Jugendarbeit und Schulstationen.

DENKZEIT für Erwachsene.
Voraussichtlich ab Frühjahr 2014.

DENK-MIT!
psychosoziale Arbeit mit jungen Menschen

Weitere Informationen im Internet:

www.denkmit-ev.de