

## **Schemaarbeit in den Wohngruppen** Erkennen, Verstehen, Bearbeiten

**Die Herausforderungen, denen Jugendliche in stationären sozialpädagogischen Einrichtungen gegenüberstehen, erfordern einen integrativen und effektiven Ansatz zur Förderung ihrer emotionalen und sozialen Entwicklung. Seit der erfolgreichen Implementierung der Schemaarbeit in unseren Wohngruppen können wir den individuellen Bedürfnissen der Jugendlichen in ihren komplexen Lebenssituationen besser gerecht werden.**

Die sozialpädagogischen Wohngruppen der Stiftung Jugendnetzwerk dienen als Lebensmittelpunkt für Jugendliche, die aus verschiedenen Gründen nicht in ihren Herkunftsfamilien leben können. Viele dieser Jugendlichen haben aufgrund von traumatischen Erfahrungen oder familiären Schwierigkeiten und Krisen mit tiefgreifenden emotionalen Herausforderungen zu kämpfen. Um diesen Jugendlichen eine umfassende Unterstützung zu bieten, entwickeln und implementieren wir seit 2017 die Methoden der Schemaberatung und des Schemacoachings, kurz der Schemaarbeit, für den Einsatz in der Jugend- und Familienhilfe. Seit Anfang 2022 arbeiten wir an der Implementierung der Schemaarbeit in den Wohngruppen.

### **Schemadiagnostik**

Schemaarbeit ist ein strukturierter Ansatz, der darauf abzielt, dysfunktionale Denkmuster und Verhaltensweisen zu identifizieren und zu modifizieren (siehe Beitrag Seite 6). Die Fachpersonen verwenden verschiedene Methoden wie Fragebögen oder Tests, um die zugrundeliegenden Schemata der Jugendlichen zu identifizieren. Zu Beginn der Platzierung findet eine fundierte Testdiagnostik statt, bei der immer ein Schemafragebogen\* verwendet und eng mit dem Psychologische Dienst des Jugendnetzwerks zusammengearbeitet wird. Auf Basis der umfangreichen Diagnostik wird die schemabasierte Entwicklungsplanung erstellt. In diesem Kontext arbeiten die speziell geschulten Fachkräfte eng mit den Jugendlichen zusammen, um deren individuelle Schemata zu erkennen, zu benennen und sie bei der weiteren Bearbeitung zu unterstützen.

### **Schema (an)erkennen und verstehen**

Die Fachpersonen arbeiten mit systemischen und ressourcenorientierten Ansätzen. Gleichzeitig arbeiten sie mit den Jugendlichen daran, dysfunktionale Schemata zu erkennen, zu verstehen und zu analysieren. Wir fokussieren uns auf Verhaltensweisen, die zu immer gleichen Konflikten führen. Anhand des Schema/Modus-Modells steigen wir mit den Jugendlichen in einen Erkenntnis- und Bearbeitungsprozess ein. Zur Psychoedukation nutzen wir z. B. Schemakarten und Schemaplakate. So können die Inhalte für die Jugendlichen verständlich visualisiert werden.

Eine gemeinsame Sprache und entsprechende Bilder helfen, um gemeinsam mit den Jugendlichen die Ursprünge dieser Denkmuster und Glaubenssätze zu



erforschen. Hierbei kommen bewährte Techniken wie z. B. kognitive Umstrukturierung und Reframing zum Einsatz. Durch diese Methoden können die Jugendlichen nicht nur ihre eigenen Denkmuster erkennen, sondern mit den Fachpersonen auch alternative, gesündere Bewältigungsstrategien entwickeln. Der Fokus liegt dabei auf der Förderung von Selbstbewusstsein, Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeit und zwischenmenschlichen Fähigkeiten.

### **Veränderung und Transfer**

In Zusammenarbeit mit den Jugendlichen erstellen die Fachpersonen individuelle Entwicklungspläne mit entsprechenden Interventionen, die auf die spezifischen Bedürfnisse jedes Jugendlichen zugeschnitten sind. Unser «Werkzeugkasten» beinhaltet Schemafragebogen und ergänzende diagnostische Fragebögen, Schemakarten, Schemaplakate, Ressourcenarbeit anhand des Ressourcenmodells oder des Stärkenbaums, bewusste Setting- und Gesprächsgestaltung und kreative Ausdrucksformen wie z. B. Visualisierungen, Rollenspiele, kreative Schreibtechniken, erlebnisorientierte Übungen etc.

Das übergeordnete Ziel ist, den Jugendlichen zu helfen, anhand der Schemata ihre grundlegenden emotionalen Bedürfnisse zu erkennen und gleichzeitig gesündere Beziehungen zu sich selbst und anderen aufzubauen. Die Bezugspersonen vereinbaren mit den Jugendlichen Übungen und Hausaufgaben, um die neu erworbenen Fähigkeiten und Strategien im Alltag zu üben und zu festigen. Auf

Ebene der Alltagsgestaltung und -begleitung unterstützt das gesamte Fachteam die Jugendlichen bei der Umsetzung von neuen Handlungsstrategien.

In den Wohngruppen sind diese Methoden als integraler Bestandteil des Gesamtkonzepts und der Entwicklungsplanung eingeführt worden. Im Idealfall arbeiten wir eng mit den externen Psychotherapeut\*innen zusammen, um pädagogische Massnahmen, Alltagsstruktur und psychotherapeutische Interventionen zu einem gemeinsamen Behandlungskonzept zu verknüpfen.

### **Erkennbare Wirkung und Herausforderungen**

Die Implementierung der Schemaarbeit hat zu signifikanten Verbesserungen im Verhalten und Wohlbefinden der Jugendlichen geführt. Es zeigt sich eine gesteigerte Selbstreflexion, verbesserte soziale Kompetenzen und ein positiverer Umgang mit schwierigen Lebenssituationen. Die Jugendlichen berichten, dass sie sich in den Wohngruppen wohlfühlen. Die Fachpersonen beobachten eine erhöhte Fähigkeit zur Selbstregulation und eine verbesserte Beziehungsgestaltung der Jugendlichen, sowohl zu ihren Mitbewohner\*innen als auch zu den Fach-

---

\* Es werden 18 Schemata untersucht, die entsprechend der Grundbedürfnisse in fünf Domänen eingeteilt sind: Bindung / Autonomie und Kompetenzerleben / realistische Grenzen und Selbstkontrolle / Selbstwertschutz und Ausdruck von Emotionen / Spontanität und Spiel sowie Lust-/Unlusterleben.

---



personen. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten wird gestärkt und die Jugendlichen zeigen vermehrtes Interesse an ihrer persönlichen Entwicklung. Die Fachpersonen stellen fest, dass sie mit den Jugendlichen durch die fundierte Diagnostik schneller zu den wichtigen Problemstellungen gelangen und durch die vertiefte gemeinsame Auseinandersetzung Beziehungen wachsen und tragfähig werden.

Trotz der positiven Ergebnisse sind Herausforderungen bei der Umsetzung der Schemaarbeit zu bewältigen. Kontinuierliche Schulungen und Supervision sind entscheidend, um sicherzustellen, dass das Personal über die notwendigen Fähigkeiten und Kenntnisse verfügt, um die Methoden effektiv anzuwenden. Eine weitere Herausforderung für die Fachpersonen ist, die fokussierte Schemaarbeit mit den anderen vielfältigen pädagogischen und organisatorischen Anforderungen unter einen Hut zu bringen.

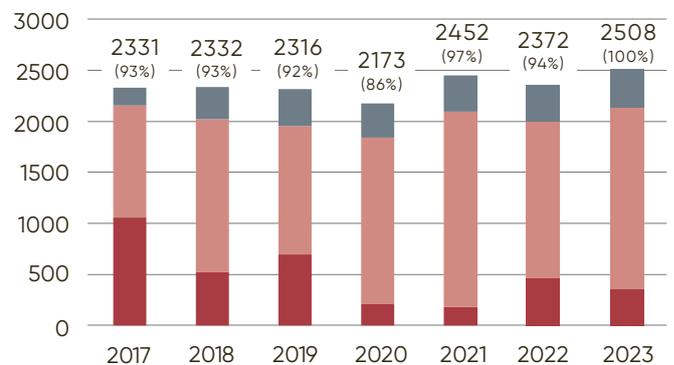
Die Schemaarbeit hat sich in unseren Wohngruppen als äusserst wirkungsvoll erwiesen. Die Methoden tragen wesentlich dazu bei, die Lebensqualität der Jugendlichen zu verbessern und ihre individuelle Entwicklung zu fördern. Den Fachpersonen gibt sie Instrumente in die Hand, um mit den Jugendlichen fokussiert und am Puls der Themen zu arbeiten. Für die Zukunft wünschen wir uns eine wissenschaftliche Begleitung und Evaluation, auf deren Basis wir die Schemaarbeit weiterentwickeln können, um auch zukünftig Erfolge sicherzustellen.



**Sandra Rüegg**  
Leitung Wohngruppen

### Aufenthaltsstage nach Zuweiser\*innen

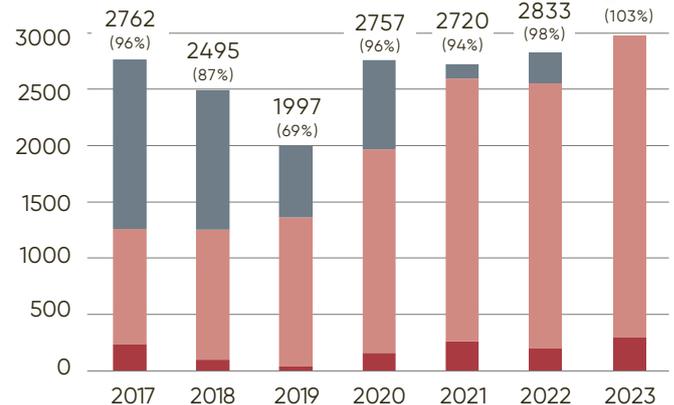
Wohngruppe Binz



Stadt Zürich Kanton Zürich andere Kantone

### Aufenthaltsstage nach Zuweiser\*innen

Wohngruppe Horgen



Stadt Zürich Kanton Zürich andere Kantone

**Weiterbildungen Schemaarbeit:**  
Veränderungskommunikation,  
Schemacoaching, Aufbaukurs Jugend

