



Themenheft Schemaarbeit

Schemaberatung & Schemacoaching
im Jugendnetzwerk

Inhalt



Stiftung Jugendnetzwerk

Seestrasse 147, 8810 Horgen
Zentrale: 044 727 40 20
E-Mail: info@jugendnetzwerk.ch

Start-Life Horgen

Seestrasse 147, 8810 Horgen
044 727 40 25
info@jugendnetzwerk.ch
28 Plätze, begleitet, ab 16 Jahre

Start-Life Zürich

Badenerstrasse 450, 8004 Zürich
043 311 00 25
info@jugendnetzwerk.ch
22 Plätze, begleitet, ab 16 Jahre

Familienaktivierung

Seestrasse 147, 8810 Horgen
044 727 40 26
info@jugendnetzwerk.ch
Familienbegleitung (SPF), Jugendcoaching,
Abklärungen, Besuchsbegleitung etc.

Familienaktivierung Zürich

Schöneggstrasse 15, 8004 Zürich
044 727 40 26
info@jugendnetzwerk.ch
Familienbegleitung (SPF), Jugendcoaching,
Abklärungen, Besuchsbegleitung etc.

Familienaktivierung Luzern

Obergrundstrasse 28, 6003 Luzern
044 727 40 26
info@jugendnetzwerk.ch
Aufträge von Jugendanwaltschaften

Wohngruppe Horgen

Einsiedlerstrasse 90, 8810 Horgen
044 726 10 72
wohngruppe.horgen@jugendnetzwerk.ch
8 Plätze, vollbetreut, 13–18 Jahre

Wohngruppe Binz

Im Gütsch 9, 8122 Binz (Gemeinde Maur)
044 729 99 80
wohngruppe.binz@jugendnetzwerk.ch
7 Plätze, vollbetreut, 13–18 Jahre

Schemacoaching in der sozialen Arbeit? Geht denn das?

Maike Baumann, Präsidentin Dachverband
Schemaarbeit D-A-CH, Geschäftsführerin
Handrock GmbH (Berlin)

Seiten 3–4

Schemaberatung & Schemacoaching im Jugendnetzwerk

Ulrich Meyer, Geschäfts-/Gesamtleitung
Stiftung Jugendnetzwerk

Seiten 5–7

Schemaarbeit in der Erziehung

Aristide Peng, Angebotsleitung
Familienaktivierung Bereich Hilfen
Valeria Sicilia, Stv. Leitung Familienaktivierung

Seiten 8–13

Individuelle Risikoabklärung (MIRA) und Schemacoaching

Oliver Falk, Angebotsleitung
Familienaktivierung Bereich Massnahmen

Seiten 14–19

Schemaarbeit in Wohngruppen

Sandra Rüegg, Angebotsleitung Wohngruppen

Seiten 20–22

Timeline Kooperation

Seiten 23

Schemacoaching in der sozialen Arbeit? Geht denn das?

Anfang der 1990er Jahre entwickelte Jeffrey Young, ein US-Amerikanischer Psychotherapeut, das Konzept der dysfunktionalen Schemata im Rahmen der Arbeit mit Patient*innen mit schwersten Persönlichkeitsstörungen. Die Feststellung, dass für diese Patient*innen herkömmliche Therapiemethoden vielfach nicht ausreichend waren, war der Antrieb für Young, sich vertieft der Ursache dieser psychischen Störungen zuzuwenden.

Das von Young entwickelte Schemamodell benennt als Ursache für die Entstehung von Persönlichkeitsstörungen die unzureichende Befriedigung psychischer Grundbedürfnisse in Kindheit und Jugend. Insbesondere Kinder, die in schwierigen Sozialisationsumgebungen aufwachsen, erleben regelmäßig eine mangelnde Befriedigung von Grundbedürfnissen. Die von Young beschriebenen psychischen Grundbedürfnisse umfassen Bindung, Autonomie und Kontrollerleben, das Erleben gesunder Grenzen, das Ausleben des Bedürfnisses nach Spontanität und Spiel, sowie das Zulassen, Spüren und Zeigen der eigenen emotionalen Lage und der Ausdruck aktueller, berechtigter Bedürfnisse.

Kinder und Jugendliche passen sich an ungünstige Entwicklungsbedingungen an, indem sie psychische Grundbedürfnisse zurückstellen, die nicht angemessen befriedigt werden können. Stattdessen passen sie ihr Verhalten den existierenden Bedingungen an – einhergehend mit unangenehmem emotionalem Erleben.

Derartige Erfahrungen, insbesondere wenn diese wiederholt auftreten, führen gemäss Young zur Ausprägung dysfunktionaler (oder maladaptiver) Sche-

mata. Als Schema werden neuronale Netzwerke definiert, die situationsbezogene Emotionen, Gedanken, Handlungsimpulse und Körperempfindungen, sowie teils auch Erinnerungen an Ursprungssituationen in Kindheit und Jugend enthalten. Diese „Schemanetzwerke“ sind im Gehirn immer vorhanden, werden aber nur durch passende Auslöser aktiviert – also quasi angeschaltet. Treten im späteren Leben derartige Auslösesituationen auf, so werden diese neuronalen Netzwerke aktiviert, einschliesslich der zugehörigen unangenehmen Emotionen. Eine Aktivierung eines dysfunktionalen Schemas stellt daher eine emotionale Stresssituation dar. Die Folge ist, dass die Flexibilität der Betroffenen in ihre Verhaltenssteuerung stark nachlässt. So kommt es nach dem Schemamodell zu Situationen, in denen Erwachsene in ähnlichen sozialen Situationen wiederholt in Verhaltensweisen rutschen, die sie nicht zeigen wollten – das aktivierte dysfunktionale Schema lässt aufgrund des starken verbundenen Stresserlebens keine freie Verhaltensauswahl mehr zu.

Menschen verstummen, die für sich einstehen wollten, Menschen werden ausfällig oder verletzend, obwohl sie eine Beziehung wertschätzen und pflegen wollen, Menschen beginnen andere zu entwerten, oder gar körperlich zu verletzen, obwohl sie aus der Rückschau später selbst nicht verstehen, weshalb sie so gehandelt haben und glaubhaft versichern das nicht gewollt zu haben, Menschen flüchten sich in exzessiven Medienkonsum, Sport oder auch Arbeit, obwohl sie sich geschworen haben, das nicht wieder tun zu wollen.

All das sind Beispiele für mögliche Verhaltensweisen im Rahmen von akuten dysfunktionalen Schema-

Schemacoaching

aktivierungen. Es werden also unter dem Stress der Schemaktivierung Verhaltensweisen abgerufen, die in Kindheit und Jugend in einer pathologischen Entwicklungsumgebung angemessen waren, die aber im jetzigen Leben in einer normalen sozialen Umgebung keine angemessene Funktionalität mehr haben. Zugleich können diese Reaktionen – aufgrund des starken psychischen Stresserlebens – nicht einfach unterlassen werden, weshalb einfache Trainingsansätze hier oft fehlschlagen, was die Klient*innen zusätzlich frustrieren und entmutigen kann.

Die Arbeit mit dem Schemamodell war seit seiner Entwicklung für etliche Jahre in Aus- und Weiterbildung den psychotherapeutischen Fachberufen vorbehalten, da die Anwendung einen klar psychotherapeutischen Fokus hatte.

Wir selber sind Mitte der 2000er Jahre mit dem Modell und seiner psychotherapeutischen Anwendung in Kontakt gekommen. Die Klarheit und große Praktikabilität des Modells hat uns sehr schnell davon überzeugt, dass das Modell in seiner Anwendung deutlich weiter gefasst werden kann und sollte, als allein auf die Behandlung schwerster psychischer Krankheiten bezogen.

Frau Dr. Handrock entwickelte daraufhin unter Integration von Methoden und Tools u.a. aus der Schematherapie selbst, aus Systemik, Positiver Psychologie, Hypnotherapie, NLP, ACT und auch klassischer Verhaltenstherapie die Methoden der Schemaberatung, des Schemacoachings und der Schemakurzzeittherapie. 2016 erschien unsere zugehörige Buchveröffentlichung und Frau Dr. Handrock begann die Methoden am Institut für Schematherapie und Frankfurt am Main (D) an interessierte Kolleg*innen, die nicht approbierte Psychotherapeut*innen waren, zu vermitteln.

Schon kurz nach Beginn unserer ersten Weiterbildungsangebote zum Schemacoaching kam die Leitungsebene der Stiftung Jugendnetzwerk (CH) mit der Anfrage auf uns zu, ob wir uns vorstellen könnten, die von uns primär für das Life- und Businesscoaching und für fokale psychotherapeutische Ansätze in der allgemeinmedizinischen Praxis entwickelten

Methoden für Schemaberatung und Schemacoaching an die Bedarfe der sozialen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien zu adaptieren.

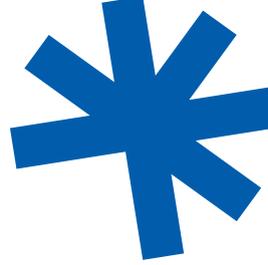
Das Projekt hat uns sofort begeistert und somit begann die international einzigartige gemeinsame Arbeit aus Weiterbildung, Methodenadaption und praktischer Erprobung in der täglichen Arbeit des Jugendnetzwerks.

Mittlerweile schauen wir auf bald acht Jahre Entwicklungs- und Anwendungspraxis der Schemarbeit innerhalb der sozialen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien zurück. Stück für Stück erweiterte sich der Anwendungsbereich der Stiftung Jugendnetzwerk unserer spezifisch entwickelten Methoden der Schemarbeit aus 1:1-Coachingkontexten im Eltern- und Jugendcoaching bis hin zur Anwendung im Rahmen der stationären Jugendarbeit und dem gezielten Aufbau korrigierender Erfahrungen und positiver Schemata noch während der besonders schemasensiblen Entwicklungsphasen in Kindheit und Jugendalter – und der Erfolg der Stiftung Jugendnetzwerk mit diesem Ansatz spricht für sich.



Maïke Baumann

Präsidentin Verband
Schemarbeit D.A.CH;
Geschäftsführerin
Handrock GmbH, Berlin



Schemaberatung & Schemacoaching

Ein Gewinn für Klient*innen, Fachpersonen und die Gesamtorganisation

In den sozialpädagogischen Angeboten der Stiftung Jugendnetzwerk begegnen wir Klient*innen, die psychisch und emotional aussergewöhnlich belastet sind. Ihre Lage scheint derart komplex, dass schwer zu entscheiden ist, wo die Arbeit mit ihnen begonnen werden soll. Scheinbar zwingend geraten sie in eine Krise nach der anderen. Dabei nehmen die Fachpersonen wahr, dass die Klient*innen – trotz angemessenen Vorschlägen und Handlungsideen – immer wieder in ähnliche Eskalationschleifen rutschen. Mit den bestehenden Methoden und Instrumenten der Sozialen Arbeit kamen wir in vielen Fällen nicht wirklich weiter. Konfrontiert mit dieser Ausgangslage haben wir im Jugendnetzwerk nach Ansätzen gesucht, die psychosoziale Arbeit mit den Klient*innen – Kinder, Jugendlichen, Eltern(-teile) – wirkungsorientiert, fokussiert und individuell zu stärken.

Im Jahr 2017 haben wir in der Familienaktivierung (SPF – Sozialpädagogische Familienhilfe), begonnen, Mitarbeitende in der Schemaarbeit zu schulen. Gemeinsam mit unserem Schulungspartner, der Handrock GmbH aus Berlin, haben wir in einer internationalen Kooperation eine entsprechende, neuartige Weiterbildungsreihe (Schemaberatung – Schemacoaching – Schemakurzzeittherapie) entwickelt, die auf die Bedürfnisse in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien zugeschnitten ist. Nach sehr positiven Erkenntnissen, einem laufenden Theorie-Praxis-Abgleich und entsprechenden Weiterentwicklungen, haben wir die Schemaarbeit seit 2022 in allen Angeboten des Jugendnetzwerks implementiert. Die aufeinander aufbauenden Weiterbildungen werden seit Jahren auch von externen Fachpersonen besucht.

Die Anwendung der Schemaarbeit in der Praxis des Jugendnetzwerks hat sich seither angebotsspezifisch weiterentwickelt. Im Rahmen dieses Themen-

heftes werden die unterschiedlichen Ausprägungen und Erfahrungen mit der Schemaarbeit vorgestellt: In den Wohngruppen mit Jugendlichen, in der Familienaktivierung am Beispiel der Elternarbeit sowie anhand von Jugendcoachings mit kriminologischem Fokus, wo wir die Schemaarbeit mit einer Methode der angewandten Kriminologie verknüpft haben.

Gemeinsame Basis ist das Schema-/Modus-Modell. Jeder Mensch bildet Schemata in seiner Kindheit und Jugend aus. Dysfunktionale Schemata basieren auf unerfüllten Grundbedürfnissen, wie dem Bedürfnis nach Nähe, Geborgenheit und Bindung, dem Bedürfnis nach Autonomie oder dem Bedürfnis nach Orientierung und Kontrolle. Bleiben solche existentiellen Bedürfnisse in kritischem Masse unerfüllt, dann lernt das Kind, selber damit fertig zu werden und entwickelt eigene Strategien, damit es im Gleichgewicht bleiben kann. Diese früh erlernten Strategien prägen uns stark. Zur Zeit ihrer Entstehung waren sie hilfreich und angebracht. Im Erwachsenenalter jedoch bestehen andere Lebensbedingungen und Möglichkeiten – und trotzdem reagieren wir oftmals immer noch mit den tief verwurzelten, "automatischen" Verhaltensmustern. Auf unsere Mitmenschen wirkt das unpassend, stark übertrieben und führt zu Irritationen und Konflikten. Wir selber sind uns über unser Verhalten und dessen Gründe kaum bewusst und merken vielleicht nur, dass wir immer wieder in dieselben Problemsituationen geraten und fühlen uns unverstanden.

An diesem Punkt setzt Schemaberatung an. Klient*innen werden über die Wirkmechanismen von Schemata aufgeklärt. Zusammen mit der Fachperson und mithilfe von unterstützenden Methoden und Testdiagnostik werden eigene Schemata aufgedeckt, thematisiert und Möglichkeiten besprochen, wie alternative, funktionalere Verhaltensweisen ein-

Einleitung

geübt werden können. Bei manchen Menschen reichen solche Interventionen bereits aus, um zu einer dauerhaften Verbesserung ihrer Situation zu führen. Schemacoaching geht über die Schemaberatung hinaus und beinhaltet zusätzlich eine systematische Stärken- und Ressourcenorientierung. Zudem wird fokussiert an dysfunktionalen Schemata und Modi gearbeitet.

Neben den positiven Erfahrungen in der Arbeit mit unseren Klient*innen, stärkt die Implementierung der Schemaarbeit unsere Fachmitarbeiter*innen, die Angebote und die Gesamtorganisation.

Ebene Fachpersonen

Wir beobachten, dass unsere Fachpersonen von ganz unterschiedlichen Aspekten der Schemaarbeit profitieren.

- Die Möglichkeit, Klient*innen ein umfassendes Erklärungsmodell für ihr (teils hochproblematisches) Verhalten und auch für selbstwertbedrohliche Rückfälle verstehbar zu machen, gibt auch den Fachpersonen Sicherheit und eine sichtbare Wirksamkeit.
- Über das Schema-/Modus-Modell und ein strukturiertes Vorgehen schaffen wir schnell ein vertieftes Fallverständnis, das in der Arbeit mit Einzelnen und in den Fachteams die Qualität eines fokussierten Vorgehens erhöht.
- Über die partizipative Arbeit mit der Klientel auch an dysfunktionalen Verhaltensmustern kommen die Fachpersonen schneller in ein zielorientiertes Arbeitsbündnis.
- Das Wissen um den Modus des *Fitten Erwachsenen/Jugendlichen* hilft den Fachpersonen, einen systematischen Ressourcenaufbau in den Blick zu nehmen und Klient*innen dabei zu unterstützen, immer seltener in die Aktivierung dysfunktionaler Schemata zu rutschen.
- Das Wissen um positive (Gegen-)Schemata ermöglicht den strukturierten Aufbau neuer stabilisierender und positiver Gewohnheiten, die wiederum

dazu beitragen, dass immer öfter der Modus des *Fitten Erwachsenen/Jugendlichen* eingenommen werden kann.

- Mitarbeitende erkennen und verstehen auch ihre eigenen Schemata und Schemaaktivierungen. Das hilft ihnen, ungesunde Stressreaktionen (z. B. Aufopferung) rechtzeitig zu bemerken und entsprechende Verhaltensweisen zu unterbrechen. Das erhöht ihre Resilienz. Zur Unterstützung haben wir auch das Format einer regelmässigen Schema-Inter- und Supervision integriert.

Ebene Organisation

Für das Jugendnetzwerk hat die Implementierung der Schemaarbeit auch zahlreiche übergeordnete Verbesserungen gebracht und gewünschte Organisationsentwicklungsprozesse positiv beeinflusst: Selbstführung, eine erhöhte Eigenständigkeit und Eigenverantwortung der Mitarbeitenden in einem möglichst weiten Handlungsrahmen mit entsprechenden Wechselwirkungsprozessen in der Fach- und Organisationsentwicklung.

- Das gemeinsame Erklärungsmodell für die Verhaltensweisen unserer Klient*innen erleichtert die fallspezifische, angebotsübergreifende Zusammenarbeit sowie interne Übertritte/Übergaben, da nahtlos an die fachliche Arbeit angeknüpft werden kann.
- Als lernende Organisation wird spezifisches Know-how aus den einzelnen Angeboten für Beratung, Unterstützung und Fachinputs in anderen Bereichen und Fachteams genutzt. Best-Practice-Anwendungen werden übernommen bzw. für den eigenen Anwendungsbereich adaptiert und weiterentwickelt.
- Die Identität und Identifikation der Mitarbeitenden mit dem Jugendnetzwerk wird über die gemeinsame Fachlichkeit und Zusammenarbeit deutlich erhöht.
- Die Fachteams sind tragfähiger, Abbrüche von Aufträgen/Platzierungen sind markant reduziert.
- Die Aussenwelt erhält ein konsistentes Bild des

Jugendnetzwerks, mit einer klaren, fachlichen Ausrichtung und einem einheitlichen Qualitätsmerkmal.

- Die Zusammenarbeit mit Psychiatrie/Psychotherapie wird durch die erhöhte psychosoziale Fachlichkeit verbessert.

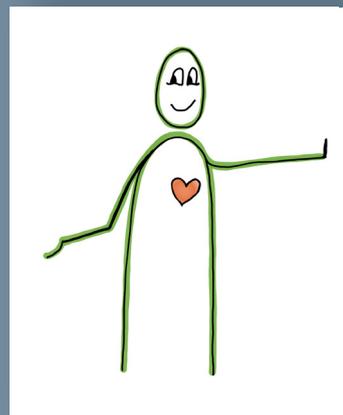
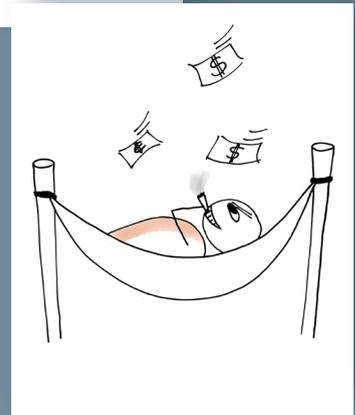
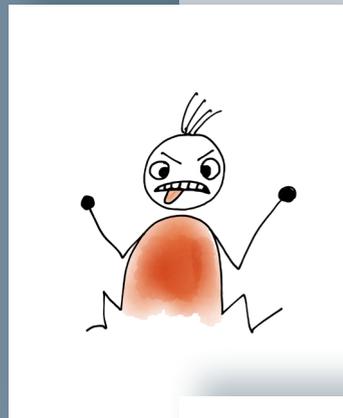
Ebene Klient*innen

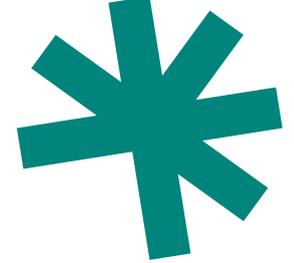
In den nachfolgenden Beiträgen aus den Angeboten des Jugendnetzwerks wird die Arbeit mit den Klient*innen näher erläutert und verdeutlicht, inwieweit unsere Klientel von der Schemaarbeit profitieren kann. Daher möchte ich an dieser Stelle nicht vorgreifen und verweise auf die nachfolgenden Beiträge.

Die aufgeführten Beispiele sind nicht abschliessend, sondern sollen einen ersten Einblick geben. Über die laufende Zusammenarbeit im Führungszirkel des Jugendnetzwerks und in den Fachteams mit entsprechenden Gefässen zur Qualitätsentwicklung entsteht eine sich selbst verstärkende, positive Dynamik, die alle Ebenen des Jugendnetzwerks erfasst.



Ulli Meyer
Gesamt-/Geschäftsleitung
Jugendnetzwerk





Schemaarbeit in der Erziehung

Schemaarbeit und Erziehung sind eng miteinander verbundene Konzepte, die sich gegenseitig beeinflussen und bereichern können. Schemaarbeit konzentriert sich neben der Stärkung positiver Schemata auf die Identifikation und Veränderung dysfunktionaler Schemata, d.h. tief verwurzelter Denkmuster und Überzeugungen, die oft aus frühen Kindheitserfahrungen stammen. In der Erziehung spielt die Art und Weise, wie Eltern und Bezugspersonen mit Kindern interagieren und auf ihre Grundbedürfnisse eingehen, eine entscheidende Rolle bei der Entstehung dieser Schemata.

Durch die Anwendung der Schemaarbeit in der Erziehung können Eltern dazu beitragen, gesunde Schemata bei Kindern zu fördern, um die Entwicklung von problematischen Verhaltensmustern zu verhindern. Dies beinhaltet ein Bewusstsein für die eigenen Schemata und deren Einfluss auf das Erziehungsverhalten, die Förderung von Sicherheit, Wertschätzung und emotionaler Unterstützung sowie die Etablierung von klaren und adäquaten Grenzen.

Letztendlich zielt die Integration von Schemaarbeit in der Erziehung darauf ab, Eltern bei den (noch) nicht bewältigten Erziehungsaufgaben zu unterstützen, um Kindern eine stabile und unterstützende Umgebung zu bieten, in der sie sich zu gesunden, selbstbewussten und emotional ausgeglichenen Individuen entwickeln. Diese (noch) nicht bewältigten Erziehungsaufgaben beziehen sich auf Aufgaben und Verantwortlichkeiten in der Erziehung, die von den Eltern nicht erfolgreich erfüllt wurden, z.B. das Nichterfüllen von Grundbedürfnissen. Dies kann tiefgreifende Auswirkungen auf die Entwicklung eines Kindes haben und oft zu emotionalen, kognitiven und sozialen Problemen führen.

GRUNDBEDÜRFNISSE

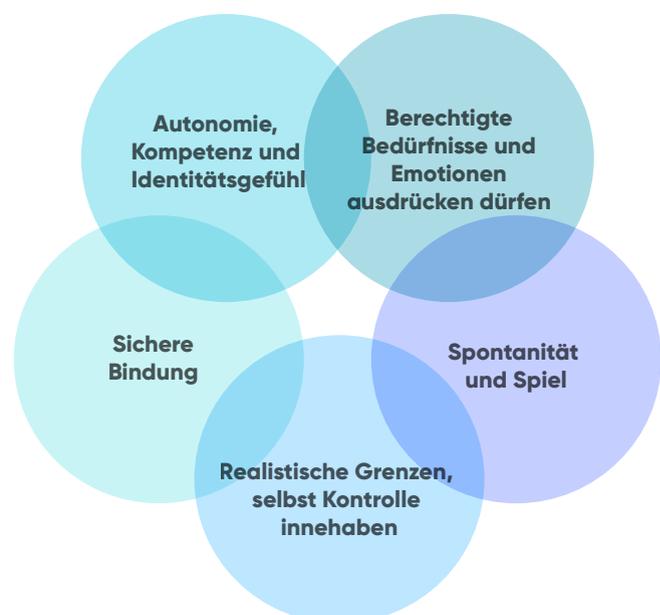
Oftmals fällt es den Eltern schwer, die Bedürfnisse

ihrer Kinder von den eigenen zu unterscheiden und insbesondere die der Kinder zu priorisieren. Die elterliche Verantwortung besteht primär in der Sicherstellung der Erfüllung grundlegender Bedürfnisse der Kinder. In der Schemaarbeit erfolgt eine Orientierung an den von Young postulierten emotionalen Grundbedürfnissen von Kindern:

Die Nichterfüllung emotionaler Grundbedürfnisse in der Kindheit kann zur Ausbildung dysfunktionaler Bewältigungsstrategien führen, die als dysfunktionale Schemata bezeichnet werden.

ERZIEHUNGSKOMPETENZEN

Neben der erwähnten Schwierigkeit, die Bedürfnisse ihrer Kinder zu erkennen, neigen die von uns begleiteten Eltern oft dazu, ihre Kinder emotional zu vernachlässigen. Eine solche Situation liegt vor, wenn die Eltern die emotionalen Bedürfnisse des Kindes ignorieren oder nicht darauf reagieren. Kinder können das Gefühl entwickeln, dass ihre Gefühle und Bedürfnisse von den Eltern nicht ernst genommen werden.



Auffallend ist, dass viele der von uns begleiteten Eltern(-teile) nicht in der Lage sind, adäquate Grenzen zu setzen. Zudem weisen sie oft ein übermässig kritisches oder abwertendes Erziehungsverhalten auf, was das Selbstwertgefühl eines Kindes stark beeinträchtigen und zu einem negativen Selbstbild führen kann. Weitere von uns häufig beobachtetes Erziehungsverhalten sind die Überbehütung und Inkonsistenz in der Erziehung. Eine übermässige Fürsorge und Kontrolle kann sich hemmend auf die Entwicklung der Autonomie und Selbstständigkeit eines Kindes auswirken. Inkonsistenz in der Erziehung kann bei Kindern zu Verwirrung und Unsicherheit führen.

Oft wird eine unzureichende Unterstützung der Kinder durch die Eltern bei der Bewältigung von Emotionen beobachtet. Die Unterstützung von Kindern bei der Wahrnehmung, Benennung und adäquaten Ausdrucksweise ihrer Gefühle ist von essentieller Bedeutung. Eine mangelnde Unterstützung und Begleitung der Eltern bei der Bewältigung von Emotionen kann dazu führen, dass Kinder mit intensiven Emotionen allein gelassen werden.

Die Folgen nicht bewältigter Erziehungsaufgaben können bei den Kindern vielfältig sein. Dazu zählen beispielsweise emotionale Probleme wie Angststörungen, Depressionen und Schwierigkeiten bei der Emotionsregulation oder Probleme im sozialen Umgang, sowie Schwierigkeiten, gesunde Beziehungen aufzubauen und aufrechtzuerhalten. Zudem können Verhaltensprobleme auftreten, die sich in Rebellion, Aggression oder Rückzug äussern.

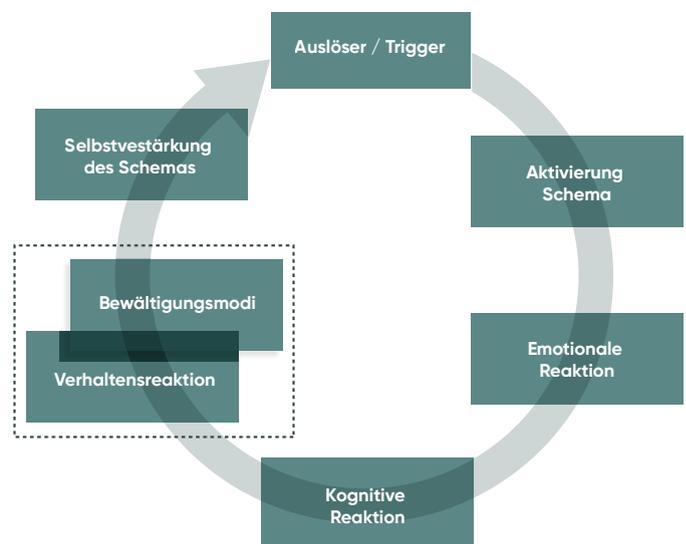
Ein geringes Selbstwertgefühl kann sich bei Kindern entwickeln, die nicht ausreichend unterstützt und ermutigt wurden. Ausserdem können negative Denkmuster und Überzeugungen (Glaubenssätze: "Ich genüge nicht / Ich bin nichts wert") das Gefühl von Unzulänglichkeit, Verlassenheit oder Misstrauen entwickeln.

ABLAUF UND DYNAMIK AKTIVER SCHEMATA

Durch die Befähigung der Eltern bei der Bewältigung ihrer Erziehungsaufgaben sollen dysfunktionale bzw. schädigende Wechselwirkungsprozesse reduziert werden. Im Rahmen der Sozialpädagogischen Fami-

lienbegleitung (SPF) wurde im Jugendnetzwerk die Schemaarbeit mit den Eltern eingeführt, um sie in der Erziehung zu stärken. Ein wesentlicher Aspekt dieser Vorgehensweise besteht darin, den Eltern zu erläutern, wie sich ihre eigenen Schemata aktivieren.

Schemata sind tief verwurzelte Überzeugungen, die in der Kindheit entwickelt werden und unser Verhalten sowie unsere emotionalen Reaktionen massgeblich beeinflussen. Wenn ein Schema aktiviert wird, kann es intensive emotionale Reaktionen und dysfunktionale Verhaltensweisen auslösen. Die folgende Darstellung gibt einen Überblick über den Ablauf und die Dynamik aktiver Schemata:



SCHEMAAKTIVIERUNG UNTERWERFUNG

(Beispielablauf)

1. Auslöser (Trigger)

Ein äusseres Ereignis oder eine Situation, die das Schema aktiviert.

Beispiel: Eine Kritik von einem Kollegen kann das Schema "Unzulänglichkeit, Scham, Unattraktivität" aktivieren.

2. Aktivierung des Schemas

Das Schema wird durch den Auslöser reaktiviert und tritt in den Vordergrund des Bewusstseins.

Beispiel: Die Kritik löst starke Gefühle der Minderwertigkeit und Selbstzweifel aus, weil das Schema *Unzulänglichkeit* ("Ich bin nicht gut genug") aktiviert wurde.

3. Emotionale Reaktion

Intensive Gefühle, die mit dem Schema verbunden sind, werden ausgelöst.

Beispiel: Betroffene fühlen sich traurig, ängstlich, wütend oder beschämt.

4. Kognitive Reaktion

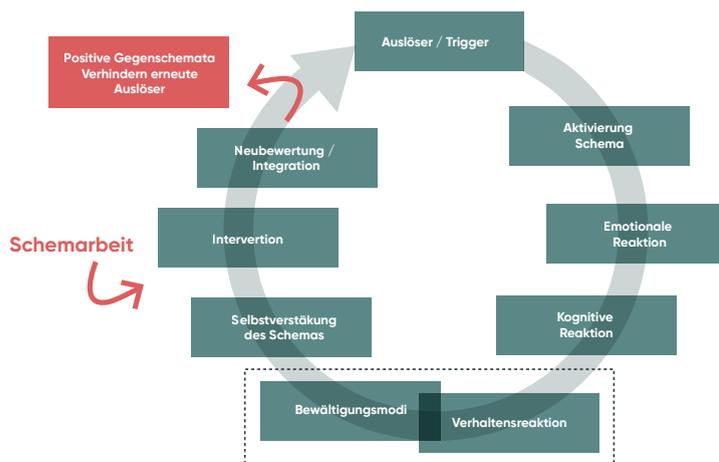
Gedankliche Muster und Überzeugungen, die das Schema unterstützen, werden aktiviert.

Beispiel: Der Gedanke "Ich mache immer alles falsch" verstärkt die emotionalen Reaktionen.

5. Verhaltensreaktion

Das Verhalten wird durch das aktivierte Schema beeinflusst.

Beispiel: Betroffene ziehen sich zurück, vermeiden weitere Interaktionen oder reagieren defensiv.



6. Bewältigungsmodi

Strategien, die entwickelt werden, um mit den intensiven Gefühlen und Gedanken umzugehen.

Beispiel: Dies kann durch die aktivierten Schemata *Vermeidung*, *Überkompensation* oder *Unterwerfung* geschehen.

Vermeidung: Betroffene meiden Situationen, die das Schema aktivieren könnten.

Überkompensation: Betroffene versuchen, das Gefühl der Unzulänglichkeit durch Perfektionismus zu überkompensieren.

Unterwerfung: Betroffene geben nach und akzeptieren die negativen Überzeugungen des Schemas.

7. Selbstverstärkung des Schemas

Das Verhalten und die kognitiven Reaktionen bestätigen und verstärken das Schema weiter.

Beispiel: Der *Rückzug* und die *Vermeidung* führen zu einem Mangel an positiven sozialen Interaktionen, was die Überzeugung "Ich bin nicht gut genug" weiter festigt.

8. Intervention

Im Rahmen der Schemaarbeit wird daran gearbeitet, diese Schemata zu erkennen, zu verstehen und zu verändern.

Beispiel: Familientrainer*innen helfen den Betroffenen, die Ursprungserfahrungen des Schemas zu erkunden, alternative Überzeugungen zu entwickeln und neue, gesündere Verhaltensweisen zu etablieren, bspw. durch Aktivierung von Gegenschemata.

9. Neubewertung und Integration

Betroffene lernen, das eigene Schema zu erkennen, wenn es aktiviert wird, und bewusstere sowie konstruktivere Reaktionen zu entwickeln.

Beispiel: Anstatt sich zurückzuziehen, lernen Betroffene, die Kritik zu reflektieren und konstruktiv darauf zu reagieren, ohne in das alte Schema zurückzufallen.

TECHNIKEN UM AKTIVEN SCHEMATA ENTGEGENZUWIRKEN

Im Folgenden werden Techniken vorgestellt, die dazu dienen, aktiven Schemata entgegenzuwirken. Dazu gehören der Ressourcenaufbau, das Aufstellen positiver Gegenschemata sowie Stress- und Energiemanagement.

Ressourcenaufbau

Der Ressourcenaufbau ist ein wesentlicher Teil der Schemaarbeit. Mithilfe von Methoden wie beispielsweise dem Ressourcenbaum¹, Galerie/Museum² oder der "Best-Possible-Self-Übung"³ werden mit den Klient*innen die persönlichen Ressourcen in den Fokus genommen und gestärkt. Durch das Bewusstmachen der eigenen Ressourcen werden die Klient*innen in die Lage versetzt vermehrt im kompetenten Erwachsenen zu bleiben und dadurch Handlungsfreiheit zu erhalten.

Positive Gegenschemata

Um positive Gegenschemata des obenerwähnten

Schemas *Unzulänglichkeit* zu aktivieren, werden bestimmte Verhaltensweisen empfohlen: Zum Beispiel sollte sich im Rahmen der Körperpflege eine Person zunächst nackt im Spiegel betrachten und dabei einzelne Details wertschätzen und positiv beschreiben. Anschliessend können positive Beschreibungen von anderen Personen eingeholt werden, beispielsweise von Familienmitgliedern oder Freund*innen. Im nächsten Schritt könnte ein Stärkentest durchgeführt werden, um die individuellen Stärken zu identifizieren. Daraufhin können die Stärken gezielt aufgebaut werden.

Stressmanagement

Stress beeinflusst unser Nervensystem massgeblich. Befindet sich unser Nervensystem im Alarmzustand, werden bestehende Schemata sehr viel schneller aktiviert. Ziel ist es daher, Stressoren zu identifizieren und Techniken zu erlernen, um einerseits akuten Stress zu reduzieren und andererseits lang anhaltende Stressoren positiv zu verändern. Einige Möglichkeiten, dies mit Klienten zu erarbeiten, sind u.a. das Stressfass⁴, die Stresskurve und Atemtechniken.

Energiemanagement

Energiemanagement in der Psychologie ist ein um-

1 Der Ressourcenbaum ist eine metaphorische Darstellung, die dazu dient, die inneren Ressourcen (z.B. Persönliche Stärken, Fähigkeiten, positive Eigenschaften und gesunde Bewältigungsstrategien) und die äusseren (z.B. unterstützende Beziehungen, berufliche Erfolge, soziale Netzwerke und Aktivitäten, die Freude machen und Erfüllung bringen) sichtbar zu machen. Durch die Visualisierung und Bewusstmachung der Ressourcen können Klient*innen ihre Resilienz stärken und gesündere Lebensmuster entwickeln.

2 Die Galerie oder das Museum ist eine metaphorische Darstellung des mentalen Raums, in dem die Klient*innen ihre vergangenen Erlebnisse, Erinnerungen und Schemata aufbewahren. Diese Metapher unterstützt sie dabei, ihre Erfahrungen zu organisieren, zu reflektieren und neue Perspektiven zu entwickeln.

3 Die "Best-Possible-Self-Übung" (Übung zum besten möglichen Selbst) ist eine weit verbreitete Technik in der Positiven Psychologie. Sie zielt darauf ab, das Wohlbefinden und die positive Selbstwahrnehmung zu fördern, indem sich Individuen auf ihre idealen, zukünftigen Selbstbilder konzentrieren. Die Übung hilft dabei, Ziele zu klären, die Motivation zu steigern und optimistische Perspektiven zu entwickeln. Perspektiven zu entwickeln.

4 Das Stressfass ist ein Resilienz-Modell, das zeigt, was Stress auslöst und wie wir damit umgehen können.

fassender Ansatz zur Optimierung der physischen, mentalen und emotionalen und Energie. Durch bewusste und gezielte Massnahmen können Individuen ihre Energiequellen maximieren, Energieräuber minimieren und ein ausgeglichenes, produktives und erfülltes Leben führen. Die Anwendung von Energiemanagementstrategien kann dazu beitragen, Stress zu reduzieren, das Wohlbefinden zu steigern und die Lebensqualität nachhaltig zu verbessern.

Was frisst viel Energie und wo laden wir unseren Akku wieder auf? In welchen Lebensbereichen entleert sich im Laufe der Zeit die Batterien und in welchen Bereichen (physisch, geistig, sensorisch, kreativ, emotional, sozial oder spirituell) kann Erholung stattfinden.

SCHEMAARBEIT & ERZIEHUNGSKOMPETENZEN

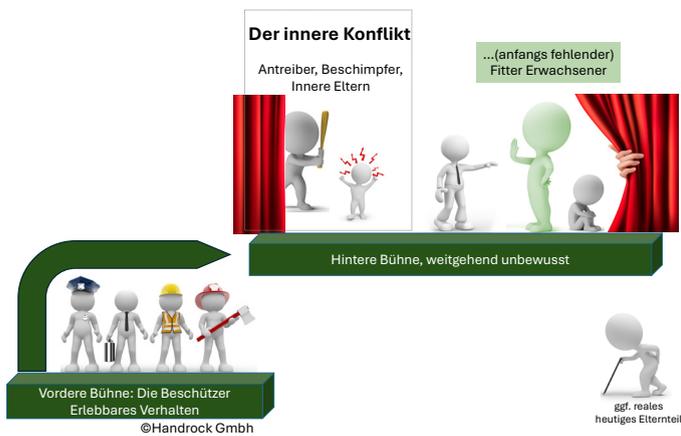
Die folgenden dysfunktionalen Schemata beeinflussen die Erziehungskompetenzen der Eltern stark:

Schema *Aufopferung*

Das aktive Schema der *Aufopferung* impliziert bei den Eltern die Annahme, dass sie ihre eigenen Bedürfnisse unterdrücken müssen, um die Bedürfnisse anderer zu befriedigen. Dies erfolgt mit der Intention, Liebe, Aufmerksamkeit oder Anerkennung zu erhalten. In der Kindheit empfanden Eltern mit diesem aktiven Schema eine Verantwortung für das Wohlergehen eines oder beider Elternteile. Die Eltern mit aktivem Schema *Aufopferung* zeigen eine Tendenz, den Kindern zu dienen, anstatt sie zu erziehen. Dies kann unter anderem dazu führen, dass die Kinder eine gewisse Abhängigkeit entwickeln, was wiederum die Entwicklung ihrer Selbstständigkeit erschwert.

Um die genannten Effekte des aktiven Schemas zu reduzieren, wird zunächst eine Erläuterung des Modells vorgenommen, danach erfolgt eine Behandlung der inneren Konflikte zwischen der hinteren und vorderen Bühne in Zusammenarbeit mit den Klient*innen. Die Wechselwirkung zwischen der hinteren Bühne (Auswirkung der Schemaaktivierung auf die Basisemotionen des Elternteils) und der vorderen Bühne (Auswirkung der dysfunktionalen Bewältigungsstrategien auf die aktuelle Stresssituation) wird den Klient*innen erklärt, sodass diese das aktive Schema erkennen und bewältigen können.

Des Weiteren erfolgt eine Fokussierung auf das Gegenschema, um einer potenziellen Gegenwirkung des aktiven Schemas entgegenzuwirken. Die Gegenschemata können in Stresssituationen dazu beitragen, den Fokus auf sich selbst zu richten und bewusst aus dem sogenannten Modus des *gesunden/kompetenten Erwachsenen* heraus zu agieren. Dies hat wiederum Einfluss auf die Erziehungskompetenzen der Eltern. Diese sind folglich besser in der Lage, bedürfnisorientiert zu handeln, klare Grenzen zu setzen und diese dann konsequent und wohlwollend einzufordern. Zudem dienen sie als gutes Modell zum Lernen.



Eltern, die sich selbst mit dem *gesunden/kompetenten Erwachsenen* identifizieren und entsprechend handeln, zeichnen sich durch Selbstreflexion sowie eine wohlwollende Grundhaltung gegenüber ihren Nachkommen aus. Sie fördern ihre Kinder darin, eigene Bedürfnisse und Gefühle wahrzunehmen, diese zu benennen, auf sie einzugehen und auch die Bedürfnisse anderer wahrzunehmen, empathisch sowie respektvoll zu sein. Das positive Gegenstück „Gesundes Selbstinteresse, gesunde Selbstfürsorge“ kann durch das Üben von gezielten Interventionen (z. B. Erkennen von Grundbedürfnissen) aufgebaut werden, wodurch sich die Wahrscheinlichkeit der Aktivierung negativer Schemata in Stresssituationen verringert.

Schema *Bestrafungsneigung*

Eltern, die diesem Schema folgen, sind davon überzeugt, dass diejenigen, die Fehler machen, streng bestraft werden müssen. Das beschriebene Muster führt zu erheblichen Schwierigkeiten, eigene und fremde Fehler zu verzeihen und sich in andere einzufühlen. Als Kinder waren diese Eltern selbst von ihren Eltern geprägt, die von ihnen Leistung, Pflicht, Perfektionismus, Befolgung von Regeln, Unterdrückung von Gefühlen und den Versuch, keine Fehler zu machen, einforderten. Diese Faktoren hatten Vorrang vor den Freuden des Lebens, dem Wohlbefinden und der individuellen Erholung.

Die Eltern mit diesem aktiven Schema neigen dazu, ihre Kinder streng zu erziehen. Es besteht eine hohe Wahrscheinlichkeit, dass ein strenger Erziehungsstil die Bedürfnisse nach Autonomie und Exploration nicht erfüllt. Die Bearbeitung des Schemas *Bestrafungsneigung* erfolgt ebenfalls unter Zuhilfenahme diverser Techniken, wie sie bereits für das Schema *Aufopferung* beschrieben wurden. Das positive Gegenschema *Selbstaussdruck, Selbstbestimmtheit und Durchsetzungsvermögen* wird durch das Üben gezielter Interventionen, beispielsweise das Erlernen der Technik des Nein-Sagens, aufgebaut, um auch hier die Wahrscheinlichkeit der Schemaaktivierung zu reduzieren.

Schema *Unterwerfung-Unterordnung*

Die Eltern mit aktivem Schema der *Unterwerfung-Unterordnung* neigen dazu, die Kontrolle über ihre Handlungen und Entscheidungen an andere zu delegieren. Sie tendieren dazu, sich unterzuordnen, um potenziellen Konflikten, emotionaler Instabilität oder negativen Reaktionen ihres Umfelds vorzubeugen. Eltern mit diesem Schema sind der Überzeugung, dass ihre Wünsche, Meinungen und Gefühle unangemessen oder irrelevant sind.

Die Eltern mit diesem aktiven Schema weisen Schwierigkeiten auf, sich durchzusetzen, und werden von ihren Kindern nicht als Orientierung bzw. Modell angesehen. Die Kinder haben keine Möglichkeit, am Modell zu lernen, und müssen zu schnell die Führung übernehmen, wodurch ihre Entwicklung gefährdet ist. Auch hier werden unter anderem die bereits beim

Schema *Aufopferung* erwähnten Techniken verwendet, um den Einfluss des aktiven Schemas zu hemmen. Des Weiteren wird das positive Gegenschema *Selbsta Ausdruck, Selbstbestimmtheit und Durchsetzungsvermögen* gefördert.

FAZIT

Wir nutzen die Schemaarbeit um Eltern zu unterstützen, die grossen Schwierigkeiten in der Erziehung ihrer Kinder aufweisen. Die Bewusstmachung und Anerkennung eigener Schemata und deren Folgen ist manchmal schon ausreichend, um die Eltern zu motivieren, ihres Erziehungsverhalten zu modifizieren. Nichtsdestotrotz erweisen sich gezielte Stärkung positiver Schemata, Erläuterung der Wechselwirkungen zwischen vorderer und hinterer Bühne sowie Behandlung von Bewältigungsmodi als bedeutsame Interventionen, durch welche Eltern in die Lage versetzt werden, dysfunktionale Schemata zu bearbeiten und dadurch einen nachhaltigen Beitrag zur kognitiven Entwicklung, emotionalen Stabilität und langfristigen psychischen Gesundheit ihrer Kinder zu leisten.



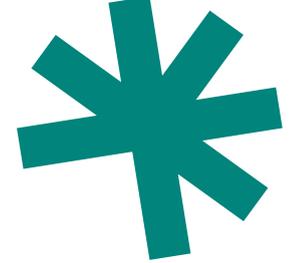
Valeria Sicilia

Stv. Leitung
Familienaktivierung Hilfen



Aristide Peng

Angebotsleitung
Familienaktivierung Hilfen



Methoden der individuellen Risikoabklärung (MIRA) und Schemacoaching

Methoden für ein vertieftes, idiographisches Fallverstehen – der Versuch eines integrativen Ansatzes

Vorbemerkung

Seit einigen Jahren wird in einem Bereich des aufsuchenden Angebots der Stiftung Jugendnetzwerk der Versuch unternommen, Familienbegleitungen, Jugendcoachings und Abklärungen zur Rückfallgefährdung in straf- und zivilrechtlichen Kontexten mit evidenzbasierten und strukturierten Verfahren qualitativ zu verbessern.

Hierzu werden die involvierten Mitarbeiter*innen in der *Methoden der individuellen Risikoabklärung (MIRA)*¹ und im *Schemacoaching*² ausgebildet. Die MIRA dient uns dabei vorwiegend als psychosoziales Diagnose-Tool, das Schemacoaching als Methode im operativen Behandlungsalltag. Es geht hierbei um die Ermittlung und "Behandlung" der Präferenzstruktur einer gegebenen Persönlichkeit mittels von MIRA vorgegebenen Kategorien und durch Schemacoaching ermittelten dysfunktionalen Denk- und Verhaltensmustern (Modi).

Die hohe Kunst besteht nun darin, MIRA und Schemacoaching – nach dem Motto "das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile" – inhaltlich zu verknüpfen, einen MIRA und Schemacoaching integrierenden Ansatz zu finden; wobei es stets um ein besseres Fallverstehen, eine vertiefte psychosoziale Diagnostik zwecks Eruiierung passgenauer Interventionen, gehen soll (konkret: in welchen Bereichen des aktuellen Lebenszuschnittes gibt es (dys-)funktionale Auffälligkeiten und welche (dys-)funktionalen Modi sind in diesen Bereichen aktiv).

Der vorliegende Beitrag soll nun von diesem Versuch eines vertieften Fallverständnisses mittels Schemacoaching und MIRA berichten. Besondere Betonung findet dabei der Umstand, dass die Stiftung Jugendnetzwerk kein rein akademischer Betrieb ist,

sondern wir uns stets von der Praxis leiten lassen, diese sozusagen das letzte Wort hat. Entscheidend ist, dass alle notwendige Theorie letztendlich die Lebenswelt unserer Klient*innen praktisch verbessert und somit, wenn es die Praxis erfordert, entsprechend angepasst wird.

In Bezug auf die erwähnten Klient*innen sehen wir in unserem Berufsalltag überwiegend männliche Jugendliche, die aufgrund von Straffälligkeit oder Anzeichen einer gescheiterten funktionalen Sozialisation von Jugendanwaltschaften oder Sozialdiensten an uns überwiesen werden, seltener Mädchen. Dabei ist auffallend, dass im biografischen Hintergrund männlicher Klienten eher, aber nicht nur, Verwöhnungsaspekte eine sozialisatorische Rolle spielen (schematherapeutisch: Verletzung des Bedürfnisses

1 Die Methode der individuellen Risikoabklärung (MIRA) wurde von der Methode der idealtypisch vergleichenden Einzelfallanalyse (MIVEA) abgeleitet. Die MIVEA ist ein kriminologisch-forensisches Begutachtungsverfahren, ein Verfahren zur Bestimmung von Kriminalitätsverläufen und bietet eine wissenschaftlich abgesicherte und in der Praxis erprobte Möglichkeit, die kriminologisch relevanten Stärken und Schwächen eines Menschen sowie darauf abgestimmte Interventionsmassnahmen zu erkennen. Ziel ist die Prävention delinquenten Verhaltens.

2 Schemacoaching ist eine spezifische Form der Beratung und Begleitung, die die wissenschaftlich gesicherten Erkenntnisse der Schematherapie auf Coaching und Beratung überträgt. Laut A. Young sind Schemata (in aktivierter Form: Modi) relativ breit definiert als alles beeinflussende Lebensthemen, die sowohl Kognitionen, Emotionen, Erinnerungen, Wahrnehmungen als auch Verhaltensweisen und interpersonelle Muster beinhalten. Schematherapie und Schemacoaching gehen davon aus, dass es bestimmte erworbene funktionale und dysfunktionale Schemata gibt, die darauf abziel(t)en, seelische Grundbedürfnisse (z.B. die Bedürfnisse nach Akzeptanz durch andere oder nach Unlustvermeidung) zu befriedigen und zu diesem Zweck das menschliche Verhalten steuern.

3 Zur kritischen Würdigung der Elternmodi siehe auch L. Nissen & M. Sturm, Emotionsvermeidung überwinden, Paderborn 2018.

nach Grenzen); Mädchen im Gegensatz dazu eher massive Deprivationserfahrungen oder Traumatisierungen im engeren psychiatrischen Sinne aufweisen.

Dieser Umstand, unsere spezifische Klientel, führt dazu, dass wir innerhalb unseres Verständnisses von Schemacoaching bestimmte Aspekte im Vergleich zur "klassischen Version" betonen, vernachlässigen oder inhaltlich mit neuen Schwerpunkten versehen.

Beispielsweise werden die schemaaktivierenden, dysfunktionalen Elternmodi in unserem erweiterten Verständnis (auch) als ganz normale gesellschaftliche Erwartungen auf familiärer oder schulisch-beruflicher Ebene interpretiert. Sie sind in unserer Vorstellung nicht nur negativ konnotiert, da sie grundsätzlich dem Überleben dienen und das Individuum bei bedrohlich wahrgenommen Situationen zu sozial verträglichen Verhaltenskorrekturen antreiben.³ Wir gehen somit davon aus, dass es ein Zuviel wie auch ein Zuwenig an "Elternmodi" im Sozialisationsprozess gibt, wobei in der klassischen Schematherapie der Fokus alleine auf dem Zuviel liegt.

Die Methode der individuellen Risikoabklärung (MIRA)

Durch die MIRA-Analyse zieht sich wie ein "roter Faden" die Suche nach einem Lebenszuschnitt, der von Ziellosigkeit, Planlosigkeit und *eines ungebremsten Lebens im Augenblick / Erfolges ohne Aufwand* gekennzeichnet ist. Ein solcher Lebenszuschnitt stellt eine spezielle Weise des Umgangs mit den erweiter-



ten Kontakt- und Freizeitmöglichkeiten der Moderne dar. Es geht dabei um das ungehemmte Ausleben eigener Bedürfnisse, um extreme Selbstverwirklichung und Selbstbestimmung, der Suche nach Reizsituationen, ein unstrukturiertes Freizeitverhalten mit austauschbaren Kontakten und häufig damit verbundenem Alkohol- oder Drogenkonsum.

Der grundlegende Gedanke ist dabei, dass *ein ungebremstes Leben im Augenblick* mit einer erhöhten Wahrscheinlichkeit für Straffälligkeit resp. einer funktional gescheiterten Sozialisation einhergeht – was wiederum mit einem erhöhten Mass an fremd- und selbstschädigendem Verhalten einhergehen dürfte.

Die MIRA soll Auskunft darüber geben, ob wir es im betreffenden Fall mit einer zu erwartenden passageren, ubiquitären Jugenddelinquenz (mit einem "jugendtypisch", aber zeitlich begrenzten *ungebremsten Leben im Augenblick*) zu tun haben oder darüber hinaus Hinweise vorliegen, dass sich mit diesem Lebenszuschnitt kriminelles Verhalten über die Adoleszenz hinaus fortsetzt. Zu diesem Zweck werden relevante Informationen im Lebensquer- und Lebenslängsschnitt der Klient*in erhoben.

Im hier geschilderten integrativen Ansatz soll der Lebenszuschnitt *ungebremstes Leben im Augenblick* im Sinne des Schemacoachings als Modus aufgefasst werden. Ein Modus ist in diesem Zusammenhang als ein neuronal hinterlegtes, aktiviertes Schema definiert, ein Schema „in Aktion“. Wird ein Schema durch ein Ereignis „getriggert“, entsteht ein "automatisch" ablaufender Modus (eine „Schublade“, die sich öffnet) und kann als der gerade (sichtbare) psychische Zustand einer Person in den Dimensionen Denken, Fühlen/Körpergefühl, spontane Handlungstendenzen beschrieben werden.

General Theory of Crime

Das Konzept des *ungebremsten Lebens im Augenblick* erinnert an die kriminologische Theorie der low self-control von Gottfredson und Hirschi: Im Zentrum ihrer *General Theory of Crime* steht die Aussage, dass Straffälligkeit vor allem die Folge einer *geringen Selbstkontrolle*⁴ ist. Charakteristische Eigenschaften von Personen mit einer geringen Selbstkont-

rolle sind eine *concrete here and now orientation* (im Gegensatz zu einer zielgerichteten und an den langfristigen Konsequenzen orientierten Lebensplanung) in Verbindung mit *Impulsivität, Gefühlskälte* und *Risikofreudigkeit*; und einem Verhalten, was auf die unmittelbare Befriedigung eigener Bedürfnisse zielt. Ziel eines solchen Verhaltens ist der Erfolg ohne Aufwand: Bspw. Geld, sexuelle Befriedigung, Rache ohne längerfristige und mühsame Anstrengungen wie Arbeit, Beziehungspflege oder die Inanspruchnahme des legalen Justizweges.

Gottfredson und Hirschi weisen ausdrücklich darauf hin, dass auch strafrechtlich nicht relevante, aber nichtsdestotrotz selbst- und fremdschädigende Verhaltensweisen wie etwa übermässiger Alkohol- und Drogenkonsum, Glücksspiel oder Polygamie Ausdruck einer charakterlich verwurzelten, unzureichenden Selbstkontrolle sein können. Die Fähigkeit zu einem, die langfristigen Konsequenzen überschauenden Denken, ist dabei unterentwickelt.

Schemacoaching

Die entsprechenden Sozialisationsbedingungen des in unserer Arbeit häufig anzutreffenden, verwöhnten, weil permissiv erzogenen Jugendlichen finden wir in der MIRA-Konzeption im Syndrom *Familiäre Belastung* wieder. An dieser Stelle wird exploriert, ob der Jugendliche eine fürsorglich-grenzsetzende Erziehung erfahren hat; und, wenn nein, wie er sich dazu verhalten hat (diesen Umstand ausgenutzt hat). Im Schemacoaching entspricht die entsprechende Denkfigur bei sozialen Anforderungen dem *undisziplinierten, ärgerlich-wütenden, trotzigem Kind*. Ein solches Kind ist nie erwachsen geworden, das kindlich-ungebremste Leben im Augenblick wird mit ins Jugendlichenalter genommen, Bedürfnisaufschub für ein höherwertiges Ziel nicht gelernt. Aggressionen in diesem Kontext ähneln häufig einer instrumentellen,

4 Selbstkontrolle bezeichnet in diesem Zusammenhang die Kompetenz, willentlich die eigenen Handlungen kontrollieren und beeinflussen zu können, über funktionale Verhaltensalternativen verfügen zu können. Selbstkontrolle wird aber auch benötigt, um sich zentrale menschliche Bedürfnisse wie Selbstwertgefühl, bedeutsame Existenz, Zugehörigkeit erfüllen zu können. Williams D. Kipling definiert Kontrolle (über die eigene Existenz) als weiteres zentrales menschliches Bedürfnis.

"kalten" Gewalt, ein aggressives Verhalten, welches ein genau kalkuliertes, geplantes, rational eingesetztes und zum Teil lustvolles Verhalten zur rücksichtslosen Durchsetzung eigener Ziele und Bedürfnisse darstellt.

Im Gegensatz hierzu steht das deprivationserfahrene oder gar traumatisierte Kind, bei welchem in der Sozialisation andere emotionale Grundbedürfnisse wie die *sichere Bindung zu anderen Menschen* und die *Freiheit, berechnete Bedürfnisse und Gefühle auszudrücken* verletzt wurden. Hier greift das schematherapeutische Bühnenmodell: schmerzhaft Verletzungen auf der Hinterbühne, die in der Gegenwart durch bestimmte Ereignisse aktualisiert werden, werden durch weniger schmerzhaft Modi (*freeze, flight, fight, tend and befriend*) auf der sichtbaren Hinterbühne bewältigt (beschützt) und entschärft. Im hier in Rede stehenden kriminologischen Kontext sind vor allem die Modi *flight* and *fight* von einer besonderen Relevanz, wobei sich – nach unserer Erfahrung – diese Modi gerade bei Jungs zeigen, Mädchen eher zu den Beschützermodi *freeze, flight, tend and befriend* neigen.

Aggressives Verhalten ähnelt in diesem Zusammenhang mehr der "heissen" Gewalt, da ein eigentlich sehr unangenehmer Gefühlszustand (bspw. Selbstwertkrängung, Scham) durch eine spontane, heftige Reaktion (Aggression) – nach dem Prinzip: je unangenehmer das ursprüngliche Gefühl, je heftiger die Reaktion – abgewehrt wird.

Kriminivalente Beschützermodi

Im Folgenden sollen die zuvor erwähnten Modi *flight* and *fight* einer näheren Betrachtung unterzogen werden:

Flight / Vermeidung: Hierbei werden negative Gefühle und entsprechende Probleme vermieden, um sich nicht mit einem niedrigen Selbstwertgefühl oder Unsicherheit und Ängsten konfrontieren zu müssen. Es werden soziale Anforderungen (bspw. schulischer Art) vermieden, wenn sie unangenehme Gefühle hervorrufen; Unlustvermeidung ist dabei die treibende Kraft.

Es gibt diesen Modus entweder in der Variante "innere Flucht" durch Betäubungsmittel aller Art (Drogen, Gamen etc.) oder in der Variante "äussere Flucht" (Schulabsentismus etc.). Im Rahmen des MIRA-Konzeptes spielt dieser Beschützermodus eine zentrale Rolle im *Leistungssyndrom*. Dieses Syndrom beschreibt einen Möglichkeitsraum, der an beiden Enden von den Idealtypen Vernachlässigung des *Leistungsbereiches* (kriminovalent) und Einsatz und Befriedigung im Leistungsbereich (kriminoresistent) begrenzt wird. Es gilt die Formel, je mehr Vermeidungsmodus, je grösser die Tendenz in Richtung des kriminovalenten Idealtypus.

Aus der angewandten Kriminologie können folgende Synopsen kriminovalenten vs. kriminoresistenten Verhaltens dem Vermeidungsmodus zugeordnet werden:

- Vernachlässigung sozialer Pflichten vs. Erfüllung sozialer Pflichten
- Ausleben eigener Bedürfnisse vs. Engagement für Sachinteressen
- Fehlende Lebensplanung vs. Lebensplanung und Zielstrebigkeit

Diese Synopsen konstituieren zusammen mit der Synopse *Fehlendes Verhältnis zu Geld und Eigentum vs. Reales Verhältnis zu Geld und Eigentum* die sogenannte *kriminovalente Konstellation*⁵.

Fight / Angriff: Meint, aggressiv auf "elterliche" oder gesellschaftliche Forderungen zu reagieren, indem ich andere (bspw. die Auslöser dieser Forderungen) attackiere oder dominiere; sich so zu verhalten, als ob das Gegenteil der Schemaaktivierung wahr wäre (bspw. besonders grandioses Auftreten bei einem Gefühl der Unsicherheit).

Diesen Modus finden wir im Kontext der MIRA in zahlreichen Synopsen wieder, insbesondere in der kriminovalenten Ausprägung in den Synopsen *Inadäquat hohes Anspruchsniveau vs. Adäquates Anspruchsniveau* und *Paradoxe Anpassungserwartung* (meine soziale Umwelt hat sich mir anzupassen) vs. *Anpassungsbereitschaft*. Die grundlegende Motivation bei diesem Modus ist die aktive und mehr oder

weniger aggressive Abwehr von sozialen Erwartungen und Anforderungen resp. eine besondere Anspruchshaltung in Bezug auf besondere "Privilegien" oder Regeln, die zwar für andere, aber nicht für einen selbst gelten.

Auf der Hinterbühne dieses Beschützermodus tummeln sich Versagensängste und Minderwertigkeitsgefühle, die bei einer Aktivierung umgehend aggressiv abgewehrt werden.

Schemafragebögen und FEEL-KJ⁶

Als ein wichtiges Instrument zur Exploration von Modi (definiert als durch äussere und innere Reize aktivierte Schemata) setzen wir Schemafragebögen für Jugendliche und Erwachsene ein.

Im Sinne des hier vorgestellten integrativen Ansatzes von MIRA und Schemacoaching versuchen wir, die in den Fragebögen⁷ aufgelisteten Schemata (vor allem die konditionalen⁸, sozialisationsgeprägten Schemata) den vorgenannten Beschützermodi in folgender Weise zuzuordnen:

- *Unterordnung/Erduldung (Freeze)*

Schemata: Unterordnung, Unterwerfung; Aufopferung, emotionale Gehemmtheit

- *Vermeidung (Flight)*

Schemata: unerbittliche Ansprüche; ungenügende Selbstkontrolle, -disziplin; Negatives hervorheben, Pessimismus

- *Angriff (Fight)*

Schemata: Grandiosität, Anspruchshaltung (besonders sein); unerbittliche Ansprüche, überhöhte Standards; Streben nach Anerkennung, Beachtung suchend, Bestrafungsneigung

- *Tend and Befriend*

Schemata: Unterordnung, Unterwerfung; Aufopferung Innerhalb unseres Bemühens, im pädagogischen Arbeitsalltag unsere "klinischen" Eindrücke mit objektivierenden Testverfahren abzugleichen, kommt dem FEEL-KJ eine besondere Bedeutung zu: *Die adaptiven Strategien* im Umgang mit den Emotionen *Wut, Angst, Trauer* beschreiben nicht nur personale

Familienaktivierung

Ressourcen, sondern auch Kompetenzen des *Fitten Jugendlichen*, dem "Zielobjekt"⁹ jedes Schemacoachings und jeder Familienbegleitung.

Alle genannten *adaptiven Strategien* und *Zusatzskalen* stehen insgesamt im Zusammenhang mit einer gelingenden *Selbstkontrolle* und sind in der MIRA kriminoresistentem Verhalten zuzuordnen, zwei Skalen nehmen jedoch eine herausragende Stellung ein: *Kognitives Problemlösen* und *problemorientiertes Handeln*. Beide Kompetenzen werden in Jugendcoachings und Familienbegleitungen als Kernkompetenzen des *Fitten Jugendlichen* oder *Fitten Erwachsenen* trainiert.

Die *maladaptiven Strategien* verorten wir innerhalb der MIRA-Systematik im kriminivalenten Bereich; in Bezug auf die Beschützermodi ergibt sich folgende Zuordnung:

Freeze (Unterwerfung):

- Aufgeben
- Selbstabwertung
- Perserveration
- Katastrophisieren
- Anderen die Schuld zuweisen¹⁰

5 Das Vorliegen dieser Kriterien beschreibt einen Lebenszuschnitt, der mit der Begehung von Straftaten in einem erhöhten Zusammenhang steht.

6 Der Fragebogen zur Erhebung der Emotionsregulation bei Kindern und Jugendlichen (FEEL-KJ) erfasst Emotionsregulationsstrategien für die Emotionen Angst, Trauer und Wut. Es werden sowohl adaptive Strategien (Problemorientiertes Handeln, Zerstreuung, Stimmung anheben, Akzeptieren, Vergessen, Umbewerten und Kognitives Problemlösen) als auch maladaptive Strategien (Aufgeben, Aggressives Verhalten, Rückzug, Selbstabwertung und Perseveration) erfasst. Zusätzlich werden Strategien erhoben, die keiner der zwei Sekundärskalen zugeordnet werden: Ausdruck, Soziale Unterstützung und Emotionskontrolle. Die mit dem FEEL-KJ erfassten Kennwerte geben Hinweise auf das Risiko für die Entwicklung psychopathologischer Auffälligkeit. Der FEEL-KJ ist nicht auf Störungsbilder beschränkt, sondern berücksichtigt auch die psychosozialen Kompetenzen. Er kann deshalb auch zur Erstellung eines Ressourcenprofils eingesetzt werden.

7 Bspw. dem YSQ-S3R

8 Die Arbeit mit und an konditionalen Schemata verweisen wir eher in den psychotherapeutischen Bereich, insbesondere wenn es dort Hinweise auf massive Deprivationserfahrungen oder gar psychiatrisch relevante Traumatisierungen gibt.

Fight (Überkompensation / Angriff):

- Aggressives Verhalten (ist aber auch beim verwöhnten, undisziplinierten, trotzigem, ärgerlichen und impulsiven Kind anzutreffen)
- Katastrophisieren
- Anderen die Schuld zuweisen (ist auch beim verwöhnten, undisziplinierten, trotzigem, ärgerlichen und impulsiven Kind anzutreffen)

Flight (Vermeidung):

Rückzug

- Katastrophisieren

Der Modus Ungebremstes Leben im Augenblick

Der Modus des *ungebremsten Lebens im Augenblick / Erfolg ohne Aufwand* könnte somit vor dem Hintergrund der obigen Ausführungen im Rahmen eines integrativen Ansatzes aus MIRA und Schemacoaching folgendermassen definiert werden:



Im Kontext von **Deprivations- und/oder Traumatisierungserfahrungen** und/oder **Verletzungen des Bedürfnisses nach Grenzsetzung bei einem permissiven Erziehungsstil** (Fehlen fürsorglicher Kontrolle) begegnet uns in unserem Arbeitsalltag häufig der *Flight-Modus* (nach innen und/oder nach aussen), aber auch bei beharrlichen Anforderungen der sozialen Umwelt der *Fight-Modus*. Wie bereits erwähnt, geht es hierbei häufig um eine instrumentelle Aggression im ärgerlich-trotzigem Kind-Modus und/oder die emotionale Abwehr von unangenehmen Unzulänglichkeitsgefühlen. Aktiviert sehen wir in diesem Zusammenhang die *Flight-Schemata*:

- ungenügende Selbstkontrolle, -disziplin
 - Negatives hervorheben, Pessimismus mit den maladaptiven Copingstrategien
 - Aufgeben
 - Rückzug (oft in die gleichgesinnte Peergroup, Betäubungsmittelkonsum)
 - Selbstabwertung
 - Perserveration
- und die Flight-Schemata
- Grandiosität
 - Anspruchshaltung (besonders sein) mit den maladaptiven Strategien
 - Aggressives Verhalten ("heisse" und "kalte" (instrumentelle) Gewalt)
 - Anderen die Schuld zuweisen

Vor dem Hintergrund **permissiver Erziehungserfahrungen** - und dies kennzeichnet den überwiegenden Teil unserer (männlichen) Klientel - begegnen uns bei sozialen Anforderungen in der Regel die "unreifen" Jugendlichen, die auf soziale Anforderungen undiszipliniert, ärgerlich-wütend, trotzig, eben wie verwöhnte "Kinder" reagieren. Bei Jugendlichen mit einer **ausgeprägten Selbstwertproblematik** sehen wir die Bewältigungsmodi der *Vermeidung* und *Überkompensation* aktiv.

9 Der Fitte Jugendliche im Schemacoaching entspricht in seiner Gestalt der des Fitten Erwachsenen in der Schematherapie: Er besitzt die Kompetenz im Umgang mit seinen dysfunktionalen Modi. Kompetenz beinhaltet die Fähigkeit, seine dysfunktionalen Modi zu kennen und über Skills zu verfügen, um diese in Richtung eines funktionaleren, weniger fremd- und selbstschädigenden Erwachsenenverhaltens beeinflussen zu können.

10 Findet sich als Skala nicht im FEEL-KJ, aber in der FEEL-Erwachsenenversion. In der pädagogischen Arbeit mit Jugendlichen begegnet uns diese maladaptive Strategie jedoch häufig, weswegen sie hier genannt sei.

11 Auch die bislang umfangreichste Längsschnittstudie zwecks Erstellung einer Tätertaxonomie, die sogenannte Dunedin-Studie (NZ), sieht im Vorhanden- oder Nichtvorhandensein des Traits geringe Selbstkontrolle das entscheidende Kriterium, welches über einen funktionalen oder dysfunktionalen Lebenslauf entscheidet.

12 Dieses Syndrom fragt nicht nur nach dem Verhalten des Probanden, sondern analysiert auch Sozialisationsbedingungen (Fragen nach sozialen Umweltbedingungen und Erziehungsverhalten - bspw.: wird durch die Erziehung die Kompetenz Selbstkontrolle vermittelt?). Vor diesem Hintergrund ist dieses Syndrom besonders in der pädagogischen Arbeit mit Eltern relevant.

Take home message

Idealtypisch gesprochen imponieren männliche Jugendliche mit freundschaftlichem Deliktverhalten eher mit dem Sozialisationshintergrund permissiver Erziehungsstil / Verwöhnung; Mädchen eher mit massiven Deprivations- oder gar Traumatisierungserfahrungen (und selbstschädigendem Verhalten). In bestimmten Fällen finden wir selbstverständlich auch beide Phänomene.

Bei Jungen treffen wir eher den trotzig-ärgerlichen Kindmodus oder den beschützenden Flucht- resp. Angriffsmodus (häufig in einer Art Kombination) an; Mädchen zeigen eher den Vermeidungs- resp. Unterwerfungsmodus.

*Geringe Selbstkontrolle*¹¹ als entscheidend kriminologischer Charakterzug findet sich im Modus des *Ungebremsten Lebens im Augenblick / Erfolg ohne Aufwand* und im Schemacoaching in verschiedenen *Beschützer-* und *Kindmodi*.

Selbstkontrolle (und die Berücksichtigung langfristiger Ziele) als Kernkompetenz des *Fitten Jugendlichen / Erwachsenen* ist ein zentrales "Behandlungsziel" des Schemacoachings. Die MIRA weist uns evidenzbasiert die Bereiche zu (Kindheit und Erziehung¹²; Aufenthalt; Leistung; Kontakt; Relevanzbezüge / Wertorientierung), in welchen die Kompetenz *Selbstkontrolle* für einen funktionalen und krimiologischen Lebenslauf mithilfe des Schemacoachings entwickelt werden sollte.

Der - häufig krimiologische - Modus des *Ungebremsten Lebens im Augenblick* erfährt durch die Verbindung mit dem Schemacoaching eine Konkretisierung, die diesen für die alltägliche pädagogische Arbeit mit der Klientel nutzbar und veränderbar macht.



Oliver Falk

Angebotsleitung
Familienaktivierung Massnahmen



Schemaarbeit in den Wohngruppen

Die komplexen Herausforderungen, denen Jugendliche in stationären sozialpädagogischen Einrichtungen gegenüberstehen, erfordern einen ganzheitlichen und wirksamen Ansatz zur Förderung ihrer emotionalen und sozialen Entwicklung. Seit der Einführung der Schemaarbeit in unseren Wohngruppen können wir den individuellen Bedürfnissen der Jugendlichen in ihren psychosozial oft schwierigen Lebenssituationen besser gerecht werden.

Die sozialpädagogischen Wohngruppen der Stiftung Jugendnetzwerk bieten Jugendlichen, die nicht in ihren Herkunftsfamilien leben können, einen stabilen Lebensmittelpunkt. Viele dieser Jugendlichen haben aufgrund von traumatischen Erlebnissen oder familiären Krisen erhebliche emotionale Herausforderungen zu bewältigen. Um diesen Jugendlichen umfassende Unterstützung zu bieten, haben wir seit 2017 die Methoden der Schemaberatung und des Schemacoachings in der Jugend- und Familienhilfe entwickelt und implementiert. Seit Anfang 2022 setzen wir diese Ansätze gezielt im stationären Setting der Wohngruppen ein.

Die Schemaarbeit ist ein strukturierter Ansatz, der darauf abzielt, positive Schemata zu stärken sowie dysfunktionale Denkmuster und Verhaltensweisen zu identifizieren und zu verändern. Durch die Schemaarbeit sollen die Jugendlichen befähigt werden, alternative und funktionalere Verhaltensweisen anzuwenden und damit ein verbessertes psychisches Wohlbefinden, ein funktionaleres psychosoziales Funktionsniveau und eine höhere Lebensqualität zu erlangen: Erkennen – Verstehen – Bearbeiten von belastenden Lebenssituationen und damit einhergehenden Verhaltensweisen. Die Jugendlichen sind von Ein- bis Austritt direkt und partizipativ in ihre eigene Entwicklungsplanung einbezogen.

Erkennen und verstehen

Die Fachkräfte nutzen verschiedene diagnostische Instrumente wie Fragebögen und Tests, um die zugrundeliegenden Schemata der Jugendlichen zu erfassen. Zu Beginn der Betreuung wird eine fundierte Testdiagnostik durchgeführt, wobei der Schemafragebogen eine zentrale Rolle spielt. In Zusammenarbeit mit dem Psychologischen Dienst des Jugendnetzwerks werden die Resultate ausgewertet und mit den Jugendlichen besprochen. Auf dieser Basis erstellt das Fachteam zusammen mit den Jugendlichen eine schemabasierte Entwicklungsplanung. Die speziell geschulten Fachkräfte arbeiten diesbezüglich eng mit den Jugendlichen zusammen. In die Entwicklungsplanung fließen klassische Elemente der Pädagogik ein, die mit Elementen des Schema-/Modus-Modells kombiniert werden.

Schemata erkennen, anerkennen und bearbeiten

Die Fachkräfte nutzen systemische und ressourcenorientierte Ansätze, um gemeinsam mit den Jugendlichen dysfunktionale Schemata zu erkennen und zu analysieren. Der Fokus liegt auf Verhaltensweisen, die wiederholt zu Konflikten führen bzw. das psychosoziale Funktionsniveau beeinträchtigen, was sich beispielsweise im Ausbau von Bewältigungsstrategien und damit einhergehenden Verhaltensweisen zeigt. Das übergeordnete Ziel ist, gemeinsam mit den Jugendlichen ihre grundlegenden emotionalen Bedürfnisse zu erkennen und gesündere Beziehungen zu sich selbst und anderen aufzubauen. Mit Hilfe des Schema-/Modus-Modells unterstützen wir die Jugendlichen dabei, in einen Prozess der Erkenntnis und Bearbeitung einzusteigen. Zur Psychoedukation werden u.a. Schemakarten und Schemaplakate verwendet, um die Inhalte verständlich zu visualisieren.

Eine gemeinsame Sprache und bildliche Darstellungen helfen dabei, die Ursprünge dieser Denkmuster und Glaubenssätze zu erforschen. Die Schema-/

Modusarbeit und emotionsfokussierte, verhaltenspädagogische sowie interpersonelle Techniken ermöglichen es den Jugendlichen, alternative und funktionalere Bewältigungsstrategien zu entwickeln. Dies wird sichtbar durch Veränderungen in der funktionalen Anerkennung und Erfüllung emotionaler Grundbedürfnisse, in einer positiven Selbstwahrnehmung, durch Selbstwirksamkeit in funktionalen Leistungsbereichen wie z.B. Schule/Ausbildung und in gelingendem Freizeitverhalten. In Schemadiktion gesprochen arbeiten die Fachpersonen mit den Jugendlichen am Aufbau des "Fitten/Kompetenten Jugendlichen".

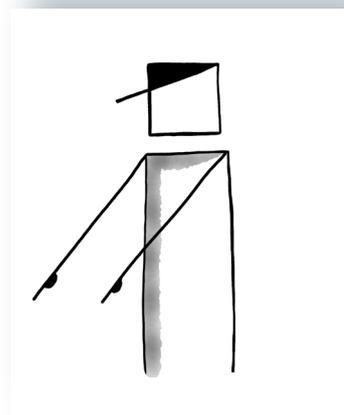
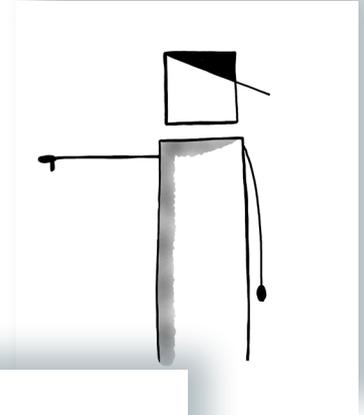
Veränderung und Transfer

In Zusammenarbeit mit den Jugendlichen entwickeln die Fachkräfte individuelle Entwicklungspläne, die auf die spezifischen Bedürfnisse jedes Einzelnen zugeschnitten sind. Unser "Werkzeugkasten" umfasst Schemafragebögen, Schemakarten, Schemaplakate, Ressourcenarbeit, bewusste Gesprächsgestaltung und kreative Ausdrucksformen wie Visualisierungen und erlebnisorientierte Übungen, etc. Bezugspersonen vereinbaren mit den Jugendlichen Übungen und Aufgaben, um die neu erworbenen Fähigkeiten und Strategien im Alltag einzubauen und zu festigen. Das gesamte Fachteam unterstützt die Jugendlichen bei der Umsetzung neuer Handlungsstrategien im Alltag.

Das Fachteam ist sich der Ziele und Schemata der einzelnen Jugendlichen bewusst und agiert in alltäglichen Situationen durch korrigierende Erfahrungen, situative Interventionen, Förderung von Ressourcen, Unterstützung in schwierigen oder angstausslösenden Situationen, Förderung von gesunde(re)n Kommunikations- und Beziehungsmustern, etc. In den Wohngruppen sind diese Methoden integraler Bestandteil des Gesamtkonzepts und der Entwicklungsplanung. Wir arbeiten eng mit externen Psychotherapeuten zusammen, um pädagogische Maßnahmen, Alltagsstruktur und psychotherapeutische Interventionen zu einem gemeinsamen Behandlungskonzept zu verknüpfen.

Ergebnisse und Herausforderungen

Die Implementierung der Schemaarbeit hat zu signifikanten Verbesserungen im Verhalten und Wohlbefinden der Jugendlichen geführt. Es zeigt sich



Wohngruppen

eine gesteigerte Selbstreflexion, verbesserte soziale Kompetenzen und ein positiverer Umgang mit schwierigen Lebenssituationen. Die Jugendlichen berichten von einem gestärkten Wohlbefinden in den Wohngruppen, und die Fachkräfte beobachten eine erhöhte Fähigkeit zur Selbstregulation sowie verbesserte Beziehungsfähigkeiten. Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten wird gestärkt, und die Jugendlichen zeigen ein vermehrtes Interesse an ihrer eigenen Entwicklung. Die Entwicklungen verlaufen Schritt für Schritt, auch mal mit einem Schritt zurück, aber stetig.

Trotz der positiven Ergebnisse gibt es wichtige Voraussetzungen und Herausforderungen bei der Umsetzung der Schemarbeit. Entsprechende Schema-Weiterbildungen aller Fachpersonen, kontinuierliche Schulungen im Alltag und schemabasierte Fallsupervisionen sind entscheidend, um sicherzustellen, dass das Personal über die notwendigen Fähigkeiten und Kenntnisse verfügt. Eine weitere Herausforderung besteht darin, die fokussierte Schemarbeit mit den vielfältigen organisatorischen Anforderungen aus der Lebenswelt und dem Alltag der Jugendlichen zu vereinbaren.

Die Kombination von bestehenden pädagogischen Instrumenten mit den Ansätzen der Schemarbeit bzw. dem Schema-/Modus-Modell hat sich in unseren Wohngruppen als äußerst wirkungsvoll erwiesen. Die Methoden tragen wesentlich zur Verbesserung der Lebensqualität der Jugendlichen und ihrer individuellen Entwicklung bei. Sie bieten den Fachkräften effektive Werkzeuge, um gezielt und fokussiert mit den Jugendlichen zu arbeiten.

Ansätze für die Zukunft

Die Fachteams setzen sich im Alltag aktiv für die Weiterentwicklung der Schemarbeit ein. Dabei helfen die Praxiserfahrungen und der Austausch über aktuelle fachliche Erkenntnisse, die Anwendungen zu optimieren, weiterzuentwickeln und Neues zu ergänzen. Eine zentrale Fragestellung ist, wie weit Fachpersonen in den Wohngruppen in der Schemarbeit gehen können und sollen. Die Wohngruppen sind und bleiben ein sozialpädagogisches Setting. Sie grenzen sich klar ab und machen keine eigenen therapeutischen Angebote. Es gilt aber, den zur Verfü-

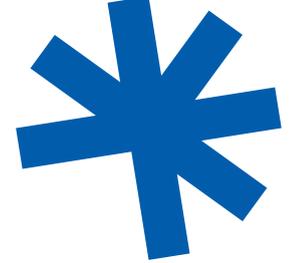
gung stehenden Raum bestmöglich zu nutzen, klare Grenzen zu definieren und Kriterien für die Delegation an den Psychologischen Dienst des Jugendnetzwerks oder bei psychotherapeutischen Thematiken an externe Psychotherapeut*innen zu entwickeln. Daher arbeiten wir fortlaufend daran, im Sinne eines abgestimmten Behandlungskonzeptes, die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit externen Fachpersonen wie Psychotherapeut*innen, Psychiatrie und Kliniken zu verbessern.

Weiter beschäftigt uns die Frage nach der messbaren Effizienz und Wirksamkeit von Schemarbeit. Wie können die Umgebungen so gestaltet werden, dass sie die schemaorientierte Arbeit unterstützen? Welche spezifischen Veränderungen im Milieu sind notwendig, um positive Entwicklungen bei den Jugendlichen zu fördern? Weiteres Potenzial und gleichzeitig Herausforderungen bei der effektiven Einbindung in den Alltag bildet die Schema-Gruppenarbeit. Welche Gruppenformate eignen sich? Welche Herausforderungen ergeben sich, und wie können diese bewältigt werden?

Die Weiterentwicklung der Schemaberatung und des Schemacoachings in Wohngruppen bietet eine vielversprechende Perspektive für die Zukunft. Durch die gezielte Weiterbildung von Fachkräften, die intensive Zusammenarbeit mit dem internen Psychologischen Dienst und die Integration schemaorientierter Prinzipien in den Alltag kann eine qualitativ hochwertige Betreuung und Begleitung gewährleistet werden. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit externen Fachpersonen aus Psychiatrie und Psychotherapie wird von den Fachpersonen im Jugendnetzwerk aktiv gesucht. Die Erforschung der genannten Fragestellungen und die kontinuierliche Anpassung der Methoden werden entscheidend dazu beitragen, das Potenzial der Schemarbeit in der Jugend- & Familienhilfe auszuschöpfen.



Sandra Rüegg
Leitung Wohngruppen



Zusammenarbeit des Jugendnetzwerks mit der Handrock GmbH

2016

- Veröffentlichung des Buches „Schemaberatung, Schemacoaching, Schemakurzzeittherapie“ von M. Baumann, A. Handrock, C. Zahn und erste Kursangebote für Coaches im IST-Frankfurt/Main
- Kontaktaufnahme des Jugendnetzwerks mit Dr. Anke Handrock; Anfrage: Schemacoaching für die Soziale Arbeit?

2017

- Erste interne Weiterbildungen mit Fokus auf sozialpädagogische Anwendung der Schemaarbeit in der Elternarbeit der Familienaktivierung und im Jugendcoaching (mit und ohne forensischen Fallbezug)

2018

- Start der internen Weiterbildung Schemaberatung & Schemacoaching
- Aufbau diagnostischer und dokumentatorischer Standards
- Erste Fachtagung Schemaarbeit im Jugendnetzwerk
- Erste Kurse in Veränderungskommunikation (vorgeschaltet zur Weiterbildung in Schemaarbeit für Teilnehmende ohne abgeschlossene Coachingausbildung)

2019

- Entwicklung eines Aufbaukurses zur „Schemaarbeit mit Kindern und Jugendlichen“
- Aufbau und Start der Weiterbildungsreihe Schemaarbeit auch für externe Fachpersonen aus der (Psycho-)Sozialen Arbeit und verwandten Professionen: Veränderungskommunikation, Schemacoaching, Aufbaukurs Jugend, Schemakurzzeittherapie
- Erste interne Fallwerkstätten zur Schemaarbeit in der Familienaktivierung

2020

- Konzeptworkshops zur verstärkten Integration der Schemaarbeit in die Fallarbeit der Familienaktivierung
- Entwicklung und gemeinsame Erprobung eines Supervisionskonzeptes für die schemabezogene Fallsupervision
- Verknüpfung der Schemaarbeit mit dem Konzept MIVEA (forensische Fallarbeit)
- Erster Vertiefungskurs „Schemakurzzeittherapie“

2022

- Klausurtagung mit umfangreicher Auswertung der bisherigen Anwendererfahrungen der Schemaarbeit im Jugendnetzwerk, Anpassen und Verfeinern der Kurskonzepte auf die spezifischen Anwendungsfelder der Sozialen Arbeit
- Schulung der Fachteams der Wohngruppen und Start-Life in der Schemaarbeit; Start der Umsetzung im Alltag

2023

- Fortlaufende Implementierung der Schemaarbeit in den Wohngruppen und im Start-Life – besonderer Fokus auf den Aufbau positiver schemabildender Erfahrungen in den entwicklungspsychologisch besonders sensiblen Phasen der Persönlichkeitsentwicklung (Kindes-, Jugend- und junges Erwachsenenalter)
- Entwicklung eigener Methoden für die Praxis auf Basis der MIVEA: Methode der individuellen Risikoabklärung (MIRA), Methode der individuellen Kindeswohlabklärung (MIKA) und deren Verknüpfung mit dem Schemacoaching

2024

- Schulungstag: Arbeit mit Simulationsfällen und -schauspieler*innen
- Erste Schema-Fallsupervisionsangebote für externe Fachkräfte der Schemacoaching-Kurse
- Fachtagung Schemaarbeit im Kontext der Jugend- und Familienhilfe im Volkshaus Zürich

Impressum

Herausgeber
Stiftung Jugendnetzwerk
Seestrasse 147, 8810 Horgen

Konzeption & Design
Trace Creative LLC

Fotos & Bilder
Jugendnetzwerk
Handrock GmbH
Adobe Stock

Kontakt

Stiftung Jugendnetzwerk
Seestrasse 147
CH-8810 Horgen

Telefon 044 727 40 20
info@jugendnetzwerk.ch
www.jugendnetzwerk.ch