

Sozialtraining für Kinder und Jugendliche mit Asperger Autismus

Rahmen der praktischen Arbeit

Das Sozialtraining findet einmal wöchentlich statt. Der zeitliche Rahmen beträgt bei jedem Treffen 90 Minuten.

Der Ablauf jeden Treffens setzt sich aus festen Programmpunkten zusammen, die mit wechselnden Inhalten gefüllt werden. Jedoch ist die Möglichkeit der spontanen oder geplanten Programmänderung gegeben.

Begrüßungsrunde

Anhand von unterschiedlich visualisierten Gefühlszuständen (Ampelkarten, Skalen usw.) berichten alle Gruppenmitglieder nacheinander über ihr aktuelles Befinden und über Vorkommnisse seit der letzten Stunde. Alternativ wird eine Fragerunde durchgeführt, in der jedes Gruppenmitglied anderen Gruppenmitgliedern, die zuvor auf einer Fotoleiste gekennzeichnet wurden, eine Frage stellt.

Strukturiertes Spiel

Es werden verschiedene Gruppenspiele wie kooperative Gruppenspiele, Spiele um den ersten Platz, Spiele zum Abwechseln, Teamwettspiele, Kommunikations- oder Bewegungsspiele eingesetzt. Diese dienen dem „Aufwärmen“ zu Beginn der Stunde und der Anregung des Austausches. Ausserdem werden das Einhalten von (Spiel-)Regeln, Abwechseln, Umgang mit Verlieren sowie die visuelle und auditive Aufmerksamkeit gefördert. Die Kinder sollen gemeinsam aktiv sein und Spass haben.

Arbeitsphase

In der Arbeitsphase wird ein spezifisches Thema bezüglich der Kommunikations- und sozialen Interaktionsfähigkeit bearbeitet. Ausserdem findet eine konzentrierte Tätigkeit am Tisch statt. Die Gruppenmitglieder erhalten Arbeitsblätter oder Zuordnungsspiele, anhand derer sie Arbeitsabfolgen und Selbstinstruktion lernen und einüben sollen, um die Aufmerksamkeitssteuerung zu verbessern. Als Alternative werden Gruppenaktivitäten eingesetzt. Die Gruppenmitglieder handeln gemeinsam, um ein gemeinsames Ziel zu erreichen. Dabei müssen sie sich organisieren, absprechen und abwarten.

Abschlussspiel

Das Abschlussspiel wird abwechselnd von einem Gruppenmitglied gestaltet. Dieser wählt das Spiel aus und organisiert es. Er übernimmt die Verantwortung für das Spiel und die anderen Gruppenmitglieder. Bei mehr als sechs Gruppenmitgliedern werden zwei „Spielechefs“ ernannt, um die Gruppengrösse zu verringern und die Spielführung dementsprechend zu erleichtern.

Soziale Aktivitäten

Die Treffen werden durch soziale Aktivitäten ergänzt. Solche Aktivitäten werden gemeinsam geplant. Eigene Ideen und Wünsche sollen mit anderen Gruppenmitgliedern koordiniert und ein Kompromiss gefunden werden.

Schwerpunkte des Sozialtrainings

Positive soziale Erfahrungen ermöglichen

Das positive Erleben und Verstehen sozialer Situationen bilden die Grundlage und Motivation für soziales Lernen. Wir wollen eine angenehme und entspannte Atmosphäre schaffen, um den Erwerb zwischenmenschlicher Fähigkeiten zu ermöglichen und das Selbstbewusstsein der Gruppenmitglieder zu stärken.

Förderung der Kommunikation

Schwierigkeiten mit verbaler wie auch nonverbaler Kommunikation gehören zu den Merkmalen des Asperger Autismus. Die Verbesserung von verbalen Fähigkeiten sowie der Einsatz von Gestik und Mimik sind Inhalte des Sozialtrainings.

Förderung der sozialen Interaktion

Hierzu gehört sowohl die Aufnahme und Gestaltung von Kontakt als auch das Erlernen von angemessenen Reaktionen auf Kontaktaufnahmen durch andere. Verschiedene Themen wie Blickkontakt, Zuhören, Smalltalk oder sich über ein spezifisches Thema unterhalten, werden bearbeitet. In der Sozialtrainingsgruppe bietet sich ein Übungsfeld im Kontakt untereinander und im geführten Gespräch. Auch nutzen wir die Möglichkeit des Rollenspiels soweit wie möglich. Bei Gruppenaktivitäten und -spielen werden ausserdem die Kooperations- und Kommunikationsfähigkeit gefördert.

Verständnis von sozialen Regeln

Es werden soziale Regeln vermittelt und deren angemessene Anwendung in angeleiteten Übungen und Spielen sowie in konkreten Situationen geübt. Themen sind beispielsweise Komplimente machen, Kritik üben, sich verspäten, Rücksicht auf andere nehmen oder sich entschuldigen.

Förderung der sozialen Aufmerksamkeit und Interpretation

In der wechselseitigen Interaktion ist im sozialen Kontext die ständige Aufmerksamkeit in Bezug auf Mimik und Gestik gefordert. In der Gruppe wird geübt, die Aufmerksamkeit zu richten und die Informationen zu interpretieren (Entschlüsseln und eigener angemessener Einsatz von Mimik und Gestik bzw. Körperhaltung während eines Gesprächs). Die Grundlage bildet das Erkennen, Benennen und Verstehen von Emotionen. Wichtig ist die Erklärung, woran ein bestimmtes Gefühl erkannt wurde. Zu einem späteren Zeitpunkt werden die Emotionen mit auslösenden sozialen Situationen in Zusammenhang gebracht. Die Gruppenmitglieder lernen, sich in eine andere Person hineinzusetzen, ihr eigenes Verhalten an die verschiedenen Anforderungen sozialer Situationen anzupassen sowie Konfliktlösungsstrategien zu entwickeln.