

# Inhalt

## Vorwort

## Teil I Grundlagen

<b>I</b>	<b>Soziale Kompetenzen und Kompetenzprobleme</b>	2
1.1	Soziale Kompetenzen	2
1.2	Soziale Kompetenzprobleme	6
1.3	Soziale Kompetenzen als Ressourcen	10
<b>2</b>	<b>Ein Erklärungsmodell sozialer Kompetenzen und Kompetenzprobleme</b>	12
2.1	Das Modell im Überblick	12
2.2	Problematische Teilprozesse	16
2.2.1	Situationale Überforderung	16
2.2.2	Kognitive Probleme: Wahrnehmung, Interpretation und Antizipation	18
2.2.3	Kognitive Probleme: Hintergrundfaktoren	28
2.2.4	Emotionale Probleme	38
2.2.5	Ungünstiges motorisches Verhalten	42
2.2.6	Verhaltenskonsequenzen	49
2.2.7	Zur Bedeutung einzelner Teilprozesse	58
2.3	Ätiologische Aspekte	59
2.3.1	Entstehung sozialer Überforderung	60
2.3.2	Entstehung von Verhaltensdefiziten	62
2.3.3	Erwerb inkompetenter Verhaltensgewohnheiten	64
2.3.4	Erwerb sozialer Ängste	65
2.3.5	Entstehung kognitiver Dysfunktionen	69
2.3.6	Ungünstige Selbstverstärkungsgewohnheiten	71
<b>3</b>	<b>Interventionen</b>	73
3.1	Trainings sozialer Kompetenzen – Konzepte und Anwendungsgebiete	73

3.1.1	Die Ansätze von Salter und Wolpe	73
3.1.2	Der lerntheoretische Ansatz der Social-Skills-Trainings	75
3.1.3	Kognitive Ansätze	77
3.1.4	Prozessorientierte Ansätze	81
3.1.5	Ansätze für verschiedene Klientengruppen	83
<b>3.2</b>	<b>Konzeption des GSK</b>	90
3.2.1	Sozial kompetentes Verhalten und Ziele des GSK	90
3.2.2	Drei Typen sozialer Situationen	92
3.2.3	Struktur und Aufbau des GSK	96
<b>3.3</b>	<b>Evaluation des GSK</b>	100
3.3.1	Empirische Befunde zu den Interventions- techniken des GSK	101
3.3.2	Wirksamkeit des Gesamtprogramms	117
3.3.3	Langfristige Effekte	124

## Teil II Praktisches Vorgehen

<b>4</b>	<b>Manual zum Gruppentraining sozialer Kompetenzen (GSK)</b>	128
<b>4.1</b>	<b>Voraussetzungen</b>	128
4.1.1	Organisatorische und materielle Voraussetzungen	128
4.1.2	Ablauf der Sitzungen	130
4.1.3	Einführungsveranstaltung	132
<b>4.2</b>	<b>Durchführung</b>	137
4.2.1	Erste Sitzung: Einführung des Erklärungsmodells	137
4.2.2	Zweite Sitzung: Diskriminationstraining und „Recht durchsetzen“	147
4.2.3	Dritte Sitzung: Analyse von Selbstverbalisationen	159
4.2.4	Vierte Sitzung: „Selbstsicheres Verhalten in Beziehungen“ (Teil 1)	163
4.2.5	Fünfte Sitzung: „Selbstsicheres Verhalten in Beziehungen“ (Teil 2)	172
4.2.6	Sechste Sitzung: „Sympathie gewinnen“	173
4.2.7	Siebte Sitzung: Diskrimination der Situationstypen	182
<b>5</b>	<b>Ergänzende Hinweise und Materialien</b>	186
<b>5.1</b>	<b>Durchführung der Rollenspiele</b>	186
5.1.1	Ablauf der Rollenspiele	186
5.1.2	Generelle Probleme	189

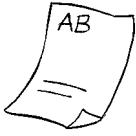
5.2	Der projektive Videofilm	191
5.3	Entspannungstraining	193
<b>6</b>	<b>Maßnahmen zur Erfolgskontrolle</b>	204
6.1	Notwendigkeit von Erfolgskontrollen	204
6.2	Probleme	205
6.3	Messinstrumente	207
6.4	Auswertung	212
<b>Teil III Anwendungsbeispiele</b>		
<b>7</b>	<b>Anpassung des GSK an spezielle Aufgaben und Klientengruppen</b>	226
<b>8</b>	<b>Klinische Anwendungen</b>	231
8.1	Allgemeine Informationen	231
8.2	Allgemeinpsychiatrie	238
8.3	Psychiatrische Psychotherapiestation	250
8.4	Suchtbereich einer psychiatrischen Klinik	256
8.5	Patientinnen mit Essstörungen	261
8.6	Sozial unsichere Kinder	267
<b>9</b>	<b>Anwendungen in anderen Bereichen</b>	276
9.1	Allgemeine Informationen	276
9.2	Zielgruppen in spezifischen Lebenssituationen	280
9.2.1	Präventives Training für Kinder	280
9.2.2	Jugendliche	282
9.2.3	Eltern geistig und mehrfach Behinderter	288
9.2.4	Frauen	292
9.2.5	Migrantinnen	295
9.3	Abwandlungen für den beruflichen Bereich	296
9.3.1	Ausbildung von Pädagogen	296
9.3.2	„Was tun gegen Gewalt?“ – Ein Trainingsprogramm für Lehrer und Lehramtsstudenten	301

<b>9.4</b>	<b>Das GSK in der beruflichen Weiterbildung</b>	301
9.4.1	Weiterbildung für Ingenieure	302
9.4.2	Leitungskräfte im Pflegedienst	303
9.4.3	Medizinisches Fachpersonal	305
9.4.4	Führungskräfte aus Wirtschaft und Verwaltung	308
<b>9.5</b>	<b>Abschließende Bemerkung</b>	310

## **Arbeitsblätter: Verzeichnis der Materialien und Fragebogen**

<b>Arbeitsblatt 1</b>	Arbeitspapier 1: Erklärungsmodell	143
<b>Arbeitsblatt 2</b>	Arbeitspapier 2: Rollenspielsituationen Typ R – Recht durchsetzen	144
<b>Arbeitsblatt 3</b>	Arbeitspapier 3: Diskriminationstraining (Lang- und Kurzfassung)	152
<b>Arbeitsblatt 4</b>	Arbeitspapier 4: Instruktion für selbstsicheres Verhalten (R – Recht durchsetzen)	157
<b>Arbeitsblatt 5</b>	Arbeitspapier 5: Hausaufgaben – Recht durchsetzen	158
<b>Arbeitsblatt 6</b>	Arbeitspapier 6: Rollenspielsituationen Typ B – Beziehungen	166
<b>Arbeitsblatt 7</b>	Arbeitspapier 7: Gefühle entdecken und benennen	169
<b>Arbeitsblatt 8</b>	Arbeitspapier 8: Hausaufgaben – Gefühle benennen	170
<b>Arbeitsblatt 9</b>	Arbeitspapier 9: Instruktion für selbstsicheres Verhalten (B – Beziehungen)	171
<b>Arbeitsblatt 10</b>	Arbeitspapier 10: Rollenspielsituationen Typ S – um Sympathie werben	177
<b>Arbeitsblatt 11</b>	Arbeitspapier 11: Instruktion für selbstsicheres Verhalten (S – um Sympathie werben)	180
<b>Arbeitsblatt 12</b>	Arbeitspapier 12: Hausaufgaben – um Sympathie werben	181
<b>Arbeitsblatt 13</b>	Anleitung zur Entspannung 1: Lange Version (ca. 35–40 Minuten)	194
<b>Arbeitsblatt 14</b>	Anleitung zur Entspannung 2: Verkürzte Fassung (ca. 18 Minuten)	198
<b>Arbeitsblatt 15</b>	Anleitung zur Entspannung 3: Verkürzte Fassung (ca. 9 Minuten) mit Ruhebild	201
<b>Arbeitsblatt 16</b>	Anleitung zur Entspannung 4: Verkürzte Fassung (ca. 7 Minuten) mit Ruhebild und Entspannungswort	203
<b>Arbeitsblatt 17</b>	Fragebogen 1: IE-SV-F	215
<b>Arbeitsblatt 18</b>	Fragebogen 2: Problemfragebogen	220
<b>Arbeitsblatt 19</b>	Fragebogen 3: Stundenbogen	222
<b>Arbeitsblatt 20</b>	Fragebogen 4: Feedbackbogen	223
<b>Arbeitsblatt 21</b>	IE-SV-F Vergleichswerte für verschiedene Gruppen	224

<b>Literatur</b>	311
<b>Sachverzeichnis</b>	337
<b>Liste der Autorinnen und Autoren</b>	342



Hinweis auf Arbeitsblätter jeweils am Kapitelende

## **Inhalt der beiliegenden CD-ROM**

Diesem Buch liegt eine CD-ROM bei. Auf ihr befinden sich:

- ▶ Alle Arbeitsblätter und Fragebogen als PDF-Dateien. Sie benötigen dafür den Acrobat Reader (Sie können ihn kostenlos direkt von der CD-ROM installieren).
- ▶ Um die Arbeitsblätter 1–12 an eigene Bedürfnisse anpassen zu können, stehen sie auch als Word-Dateien zur Verfügung.
- ▶ Drei Beispiele des projektiven Videofilms als AVI-Files in hoher Qualität, so dass eigene Videobänder davon erstellt werden können. Hinweis: Diese Filme sind ohne Ton.