



Merkblatt:

Einführung – KOMPASS-Gruppenkonzept:

Kompetenztraining in der Gruppe für Jugendliche und junge Erwachsene mit einer Autismus-Spektrum-Störung

Name: _____

Teilnehmende

Die Gruppe, bestehend aus 8–10 Teilnehmer, richtet sich an Jugendliche und junge Erwachsene im Alter von 12 bis etwa 24 Jahren mit einer Autismus-Spektrum-Störung (ASS) wie zum Beispiel Asperger-Syndrom oder Atypischem Autismus (z. B. High-Functioning-Autism).

Konzept

Die Grundhaltung im KOMPASS-Sozialtraining ist personenzentriert sowie prozess- und ressourcenorientiert. Bei der konzeptuellen Umsetzung gehen wir vor dem Hintergrund einer Literaturdurchsicht davon aus, dass jede soziale Fertigkeit bewusst erlernt und intellektuell nachvollzogen werden kann. Wir respektieren die andersartigen Bedürfnisse und das „andere“ Erleben von Menschen mit ASS. Das Gruppentraining soll ihnen aber eine bewusste, kontextabhängige Wahl aus verschiedenen sozialen Verhaltensalternativen ermöglichen.

Das KOMPASS-Training soll soziale Fertigkeiten kognitiv verstehbar machen. Jede soziale Kompetenz wird in kleine Teilschritte aufgegliedert, die zuerst separat vermittelt und geübt und dann zu einem ganzen Verhaltensablauf zusammengefügt werden. Wir nutzen die für ASS typischen Stärken, wie zum Beispiel das hohe Systematisierungsvermögen. Wir „verführen“ die Teilnehmer so oft wie möglich zu Interaktionen. Daneben (z. B. während der Snack-Pause) wird besonders auf höfliche Umgangsformen sowie einen angemessenen Gefühlsausdruck geachtet, um diese beiläufig einzuüben.

Es wird viel Wert auf die Zusammenarbeit mit den Bezugspersonen gelegt. Die Bezugspersonen lernen alle Gruppenmitglieder sowie deren Bezugspersonen an Informationsabenden kennen. Möglicherweise werden auch die Lehrpersonen der Betroffenen zu einem Infoabend eingeladen. Zudem organisieren wir einen oder mehrere soziale Anlässe (z. B. Bowling, Klettern, Grillnachmittag) für alle aktuellen und bisherigen Gruppenteilnehmer, manchmal vielleicht auch für die Familien/Bezugspersonen. Diese Anlässe sollen natürliche Übungssituationen darstellen, beispielhaft für altersgemäße interaktive Aktivitäten dastehen und die Freude am sozialen Zusammensein fördern.

KOMPASS-Module im Basis-Training

- Emotionen (ca. 10 Termine)
- Small Talk (ca. 10 Termine)
- Nonverbale Kommunikation (ca. 10 Termine)



Vorgehensweise

Das Gruppentraining findet wöchentlich nach der Schule/Ausbildung/Arbeit während 90 Minuten statt. Der Ablauf ist stark strukturiert und beinhaltet ein Begrüßungsritual, eine Befindlichkeitsrunde, verschiedene Lektionen, eine Snack-Pause, die Trainingsaufgaben, evtl. eine Witz-Runde und das Abschiedsritual. Wir arbeiten mit verschiedenen Visualisierungsmitteln (z. B. Gruppenablauf). Angesichts der oft großen Mühe der Betroffenen mit der Arbeitsorganisation hat jeder Teilnehmer einen Ordner mit klarem Register. Die ausgegebenen Informations- und Arbeitsblätter, Beobachtungsprotokolle sowie die Blätter mit den Trainingsaufgaben folgen einem Farbkonzept, um zusätzlich die Übersicht zu erleichtern.

Die sozialen Fertigkeiten sowie das entsprechende Hintergrundwissen werden auf Informationsblättern zusammengestellt und ausgegeben. So verfügen die Betroffenen, aber auch deren Bezugspersonen über eine Vorlage für das zu erlernende Verhalten sowie über die notwendigen Hintergrundinformationen. Der Übungsteil besteht aus Rollenspielen, selbst entwickelten Regelspielen, der Bearbeitung von Arbeitsblättern und (Selbst-)Beobachtungsaufgaben (Beobachtungsprotokolle). Es wird nicht nur im Plenum, sondern auch in Halb- und Kleingruppen gearbeitet. Wir legen viel Wert darauf, die Teilnehmer mit ihrem Bemühen zu loben und auch kleinste Ansätze zu beachten. Wir arbeiten zudem mit Videoaufnahmen und Fotografien, welche zum Feedback eingesetzt werden können. In der Pause besteht die Möglichkeit, sich über Erlebnisse auszutauschen und eigene Fragen einzubringen.

Die wöchentlichen Trainingsaufgaben (z. B. Übungen, Beobachtungen) im Umfang von 20 Minuten pro Woche stellen einen festen Bestandteil des KOMPASS-Trainings dar. Sie erlauben einen größeren Trainingseffekt und stellen im Besonderen einen Schritt zu Generalisierung und Transfer der erlernten Fertigkeiten dar.

Evaluation

Die KOMPASS-Basisgruppe zeigt nach Beobachtung der Eltern im Vergleich zur Kontrollgruppe eine gute Wirksamkeit in Bezug auf die Reduktion der autistischen Verhaltensweisen und der allgemeinen Psychopathologie als auch auf die Verbesserung der Gruppenkompetenzen. Im Verlauf sinkt die autistische Symptomatik in allen Bereichen immer weiter ab, und die sozialen Kompetenzen nehmen zu. Auch ein Jahr nach Ende des Basistrainings sind die Verbesserungen deutlich sichtbar. Die Zunahme der sozialen Fertigkeiten lässt sich auch durch ein testpsychologisches Verfahren zeigen. Die Therapeuten beobachten eine klare Steigerung der sozialen Fertigkeiten und Gruppenkompetenzen während des KOMPASS-Basistrainings, sodass die Teilnehmer dann die entsprechenden Verhaltensweisen mehr oder minder gleich häufig wie Gleichaltrige ohne eine autistische Beeinträchtigung zeigen. Die Lehrer und Ausbilder hingegen beobachten zwar während der Basisgruppe eine deutliche Zunahme der Gruppenfertigkeiten, eine verbesserte soziale Bewusstheit und weniger autistische Manierismen sowie eine, wenn auch nicht signifikante Verbesserung der allgemeinen sozialen Reaktivität, doch diese Verbesserungen sind nicht nachhaltig, außer die Teilnehmer hängen noch das KOMPASS-F-Training (Jenny et al. 2019) an. Das Praxishandbuch hat sich als tauglich erwiesen und ermöglicht externen Therapeuten vergleichbare Effekte. Die Teilnehmer und Eltern sind mit der Behandlung zufrieden.