

## **Aufnahmekriterien und Rahmenbedingungen**

- sechs bis maximal zehn TeilnehmerInnen
- Alter in der Regel 15 bis 21 Jahre
- Teilnahme einmal wöchentlich für zwei Stunden
- Zustimmung in den Vertrag, der den Ablauf regelt
- Einzeltherapie muss gewährleistet sein. Der behandelnde Einzeltherapeut wird über die Fertigkeitengruppe, ihre Ziele und die Methoden informiert.
- Die Eignung für die Teilnahme muss von den Einzeltherapeuten bestätigt werden. (z.B. Ambulanz der Kinder- und Jugendpsychiatrie, Tagesklinik, Institutsambulanz, Psychiater oder niedergelassener Psychotherapeut)
- Ein Vorgehen für den Krisenfall ist mit dem behandelnden Arzt, TherapeutIn, TeilnehmerIn und bei Minderjährigen mit den Sorgeberechtigten abzusprechen.

## **Dauer**

- In der Regel 16 Wochen
- in den Ferien finden keine Treffen der Fertigkeitengruppe statt

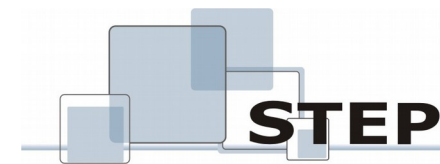
## **Trainingsbeginn**

- Beginn des Durchlaufs der Fertigkeitentrainingsgruppe ist der erste Schulmontag im neuen Jahr

### **Ansprechpartnerinnen:**

Martina Danzer  
Friedel Fischer  
Angela Pöttsch  
Eva-Maria Rehberg

Therapeutische Wohngruppe  
Hintere Cramergasse 20  
90478 Nürnberg  
Tel.: 0911 – 47 44 815  
Fax.: 0911 – 47 44 816  
Email.: [twg@step-jugendhilfe.de](mailto:twg@step-jugendhilfe.de)  
[www.step-jugendhilfe.de](http://www.step-jugendhilfe.de)



# **Fertigkeiten- Trainings- Gruppe**

## □ Grundlagen

Das verhaltenstherapeutische Konzept der Gruppe basiert auf der

**D**ialektisch-  
**B**ehavioralen-  
**T**herapie,

die Marsha Linehan in den Vereinigten Staaten entwickelt hat und erfolgreich anwendet.

Dabei müssen sich die TeilnehmerInnen in Einzeltherapie befinden.

Die TherapeutInnen sollten bereit sein, die Struktur der **DBT** in die Einzeltherapie zu integrieren und mit den Adoleszenten Verhaltensanalysen auszuwerten. Ein Austausch mit den GruppentrainerInnen über den Erwerb von Fertigkeiten ist fester Bestandteil unseres Angebotes.

Den anderen wesentlichen Bestandteil dieser Therapie bildet der Erwerb von Fertigkeiten, die nach einem Manual von den TeilnehmerInnen eingeübt werden können.

Es handelt sich um eine strukturierte, vorwiegend edukativ ausgerichtete Gruppe mit verhaltenstherapeutischen Elementen, wobei Hausaufgaben und Übungen wesentlicher Bestandteil sind.

Das Fertigkeitentraining wird bei uns von Pädagoginnen durchgeführt.

## □ Zielgruppe

Wir arbeiten immer wieder mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die unter starken, von ihnen selbst nicht oder nur schwer steuerbaren Stimmungsschwankungen, Suizidgedanken und übergroßer Anspannung leiden. Diese Symptome führen häufig zu selbstverletzendem und selbstschädigendem Verhalten.

Aus diesem Grund haben wir uns dafür entschieden, ein Fertigkeitentraining in der Gruppe anzubieten. Damit soll den Betroffenen gezielter geholfen werden, ihre Gefühle selber besser regulieren zu können.

**Vor einer Aufnahme** in die **Fertigkeitentrainingsgruppe** muss mit dem behandelnden Arzt oder Psychotherapeuten die **Eignung zur Teilnahme abgeklärt** werden.

## □ Ausschlusskriterien

- Geistige Behinderung
- Psychose
- Suchterkrankung als Erstdiagnose
- Deutliche Schwierigkeiten, zu lesen oder sich verbal auszudrücken

## □ Ziel

Ziel des Fertigkeitentrainings ist es, schlecht angepasstes, **stimmungsabhängiges Verhalten zu kontrollieren** und sich **stimmungsunabhängiges Verhalten anzueignen**.

Dies ist zum **Erreichen langfristiger Ziele** notwendig, **um Beziehungen zu gestalten** und **die Selbstachtung zu erhöhen**.

**Damit trägt der Erwerb von Fertigkeiten zur Verbesserung der Lebensqualität der Jugendlichen bei.**

Im Rahmen des Fertigkeitentrainings werden folgende Bereiche geübt:

- **Achtsamkeit und Wahrnehmung**
- **Stresstoleranz**
- **Emotionsregulation**
- **Zwischenmenschliche Fertigkeiten**
- **Der „Goldene Mittelweg“**