

## Institut RaRoBaM

RESEtand REBOOT of BODY and MIND

- Autismus-Therapien
- Hypnose
- NST
- Ausleitungsverfahren

Claudia Ullrich-Fischer

### *Sozialtraining*

Bei autistischen Menschen mit mittlerem bis hohem Funktionsniveau steht das Training der emotionalen und sozialen Fähigkeiten sowie Förderung der Selbständigkeit im Vordergrund. Sie haben Schwierigkeiten, sich in die Situation oder die Gefühle anderer Menschen hineinzusetzen, sich an Gruppennormen anzupassen. Sie haben Probleme, ihr eigenes Handeln zu strukturieren und zu planen, es fehlt ihnen an Voraussicht. Sie wissen häufig nicht, warum andere Menschen so handeln, wie sie es tun.

Durch das abstrakte Einüben von „künstlichen“ sozialen Situationen wird deutlich, dass das Verhalten der autistischen Menschen sich normalisiert, wenn sie in ruhiger Therapiesituation oder im Rollenspiel mit Regeln und Anforderungen konfrontiert werden. Dennoch werden sie immer wieder durch geringfügige Veränderungen „aus dem Konzept“ gebracht, verlieren die Orientierung und reagieren (wie früher) mit Angst, Panik und hoher Erregung. Um die zu erlernenden Fähigkeiten im realen Leben anwenden zu können, werden im Verlauf des Trainings diese Fähigkeiten auch direkt vor Ort eingeübt. Das soziale Umfeld, d.h. ein Geschäft, die Eisenbahn, der Bus, das Kino oder die Diskothek werden hierzu aufgesucht. Erst wenn der Lösungsweg gefestigt ist, kann er auf unsichere Situationen übertragen werden. Sodass erst im nächsten Lernschritt, dem Transfer in verschiedene Alltagssituationen, sich ein Automatismus einstellen kann. Nach dem Erlangen der Sicherheit für die Situation, des Handlungsplans und der möglichen Konsequenz, ist das Üben in der realen Situation zwingend indiziert. Daher ist es notwendig, so früh wie möglich (kognitiver Entwicklungsstand) mit dem Erlernen sozialer Kompetenzen zu beginnen. Somit ist ein Sozialtraining in der Regel spätestens mit Primarschuleintritt indiziert, um den dort geforderten sozialen Anforderungen gerecht zu werden. Jeder Klient unabhängig vom Störungsbild stellt eine eigene Persönlichkeit mit individuellen Stärken und Schwächen dar. Deshalb muss das Behandlungskonzept spezifisch an den Ressourcen des einzelnen Klienten orientiert sein.

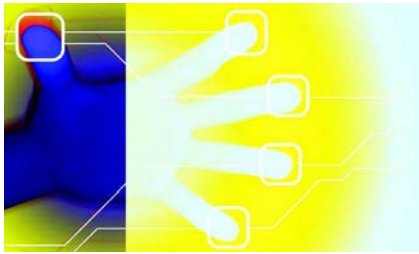
Das Sozialtraining findet in altersgemischten Gruppen von 4-8 Kindern/ Jugendlichen statt. Es wird von mindestens zwei Therapeutinnen geleitet, bei Aktivitäten ausserhalb kann der Betreuungsschlüssel auch deutlich höher sein. Bei der Altersmischung ist jedoch maximal eine Spanne von 4 Jahren möglich. Neben dem Alter ist auch der Ausbildungsgrad der ASS, sowie der Entwicklungsstand entscheidend für eine Gruppenzuordnung. Die Gruppen werden dennoch im Alter aufgrund der veränderten Interessen, Belastbarkeiten und Themen unterschieden.

- Gruppe I → 6-9 Jahre
- Gruppe II → 10-13 Jahre
- Gruppe III → 14-17 Jahre
- Die Kinder und Jugendlichen sollen lernen eine eigene Struktur zu finden. Sie entscheiden selbst.

Institut RaRoBaM  
Claudia Ullrich-Fischer  
Hauptstrasse 47  
9434 Au/SG

Telefon: 071-740 15 73  
Mobil: 078-640 87 40  
Mail: info@rarobam.ch  
Web: www.rarobam.ch  
UID: CHE-482.821.620

Bankverbindung:  
Claudia Ullrich-Fischer  
IBAN: CH52 0483 5146 9474 3000 0  
BIC: CRESCHZZ80A  
CREDIT SUISSE



## Institut RaRoBaM

RESEtand REBOOT of BODY and MIND

- Autismus-Therapien
- Hypnose
- NST
- Ausleitungsverfahren

Claudia Ullrich-Fischer

Zentral ist hierbei die Erkenntnis, dass jeder einzelne wichtig ist und merkt, nur er selbst kann etwas tun, dass es ihm gut geht, dass sich etwas ändert, dass sein Leben zu seiner Zufriedenheit verläuft.

Auch Kinder und Jugendliche, die an ASS leiden, wollen:

- ❖ Ihre Gefühle und ihren Körper wahrnehmen
- ❖ Zuordnung von Gefühlen in den Körper
- ❖ sich orientieren
- ❖ sich konzentrieren
- ❖ Mimik und Gestik deuten können
- ❖ sich in andere hineinzusetzen können (fällt schwer und muss immer wieder geübt werden)
- ❖ motiviert sein

Typische Erfahrungen von Menschen mit einer solchen Beeinträchtigung

- ❖ durch Reize überflutet werden
- ❖ die Welt nicht verstehen
- ❖ sich nicht mitteilen können
- ❖ nicht verstanden werden
- ❖ Bedürfnisse nicht erfüllt bekommen
- ❖ Zuwendung brauchen aber nicht ertragen können
- ❖ sich ausgeliefert fühlen
- ❖ extreme Angst

Zielsetzung des Sozialtrainings

- ❖ erreichbar sein
- ❖ Bezug zur momentanen Lebenssituation
- ❖ erworbene Kompetenzen sollen übertragbar sein
- ❖ Stärken, Schwächen, aktuelles Entwicklungspotential realistisch einschätzen können

Eine Grundvoraussetzung für soziales Lernen ist die Ich-Kompetenz, Aufbau von Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl.

Es sollen Fähigkeiten erworben werden, welche die Teilnehmer befähigen kompetent zu leben und ihre Umwelt kritisch mitzugestalten.

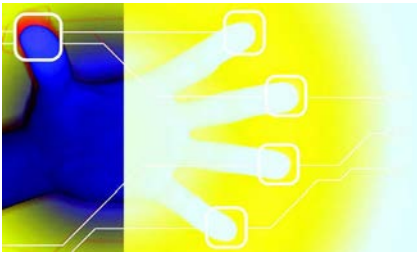
Inhalte des Sozialtrainings

Die Themen des Sozialtrainings betreffen alle Bereiche des menschlichen Zusammenlebens. Dabei geht es nicht nur um das Einüben von Skills (Verhaltensfertigkeiten), sondern ebenfalls um die dahinterstehenden Kognitionen und Emotionen. Da die Teilnehmer über die Reihenfolge der Themen entscheiden, richten sich diese nach den Bedürfnissen der Teilnehmer, ebenso, wie Schwierigkeitsgrad und Tempo des Trainings.

Institut RaRoBaM  
Claudia Ullrich-Fischer  
Hauptstrasse 47  
9434 Au/SG

Telefon: 071-740 15 73  
Mobil: 078-640 87 40  
Mail: info@rarobam.ch  
Web: www.rarobam.ch  
UID: CHE-482.821.620

Bankverbindung:  
Claudia Ullrich-Fischer  
IBAN: CH52 0483 5146 9474 3000 0  
BIC: CRESCHZZ80A  
CREDIT SUISSE



## Institut RaRoBaM

RESEtand REBOOT of BODY and MIND

- Autismus-Therapien
- Hypnose
- NST
- Ausleitungsverfahren

Claudia Ullrich-Fischer

### Beispiele für Inhalte des Sozialtrainings

- ❖ Selbstmanagement (Welche Gefühle, Bedürfnisse, Wünsche habe ich, Fähigkeiten ab-/einschätzen)
- ❖ Selbstsicherheitstraining
- ❖ Freizeitgestaltung
- ❖ Kontaktaufnahme
- ❖ Körperhaltung
- ❖ Kleidung und Hygiene
- ❖ Kulturelle Regeln
- ❖ Sprachübungen (Fragen stellen, Dialoge und Monologe führen, telefonieren, Modulation der Stimme)
- ❖ Improvisation in verschiedenen Situationen
- ❖ Umgang mit Geld und Geldwerten
- ❖ Verhalten im Straßenverkehr
- ❖ Verhalten an verschiedenen Orten (Museum, Theater)
- ❖ Allgemeinwissen erhöhen

### Diese Themen finden wiederum Anwendung in folgenden Bereichen:

- ❖ Steckbrief:
- ❖ sich selbst sehen
- ❖ was ich gut kann
- ❖ was ich nicht so gut kann
- ❖ Hobbies
- ❖ Ich bin glücklich, wenn...
- ❖ Ich habe Angst vor
- ❖ Es macht mich traurig, wenn...
- ❖ Ich habe Spass an...
- ❖ Am liebsten mag ich
- ❖ Wenn ich alleine bin
- ❖ Es ist mir wichtig, dass...

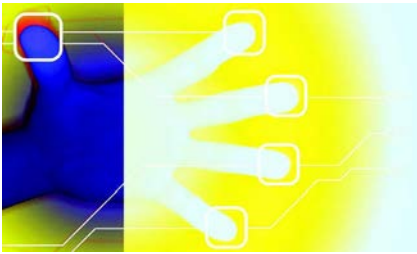
### Nachgespräche:

- ❖ Wie habe ich mich in dieser Stunde gefühlt?
- ❖ Habe ich mich über etwas geärgert?
- ❖ Habe ich etwas Neues erfahren?
- ❖ Hat mich etwas überrascht?
- ❖ Habe ich etwas Neues über jemanden erfahren?
- ❖ Welche Rolle spielt die Gruppe (Sozialtrainingsgruppe)?
- ❖ Wo steht jeder?
- ❖ Gibt es Untergruppen?
- ❖ Gibt es Aussenseiter?
- ❖ Aufgabenverteilung?

Institut RaRoBaM  
Claudia Ullrich-Fischer  
Hauptstrasse 47  
9434 Au/SG

Telefon: 071-740 15 73  
Mobil: 078-640 87 40  
Mail: info@rarobam.ch  
Web: www.rarobam.ch  
UID: CHE-482.821.620

Bankverbindung:  
Claudia Ullrich-Fischer  
IBAN: CH52 0483 5146 9474 3000 0  
BIC: CRESCHZZ80A  
CREDIT SUISSE



## Institut RaRoBaM

RESEtand REBOOT of BODY and MIND

- Autismus-Therapien
- Hypnose
- NST
- Ausleitungsverfahren

Claudia Ullrich-Fischer

### Äussern von Kritik :

- Beschwerdekiste
  - Beruhigt, wenn sie ihre Beschwerde loswerden können
    - ❖ Schwarz-Weiss denken
      - Die anderen sind immer Schuld
      - Die anderen mögen mich nicht
      - >>Auch bei Anerkennung ziehen Autisten Rückschlüsse
        - Lobt er, mag er mich
        - Kritisiert er, mag er mich nicht
    - ❖ Sie sind sehr stark von dieser Anerkennung abhängig und lassen sich so zu Höchstleistungen motivieren

➤ Annehmen von Kritik soll ebenso gelernt werden, wie das Deuten von Formulierungen  
Die Übungen mit und in konkreten sozialen Situationen sind die Basis dieses Sozialtrainings, somit findet soziales Lernen immer im Kontext statt.

Hierbei kommt der Gruppe eine fördernde als auch eine grenzensetzende Rolle zu.

Die Selbstbestimmung und das Selbstkonzept werden durch sehr handlungsorientierte Methoden gefördert.

Bsp. Nachbesprechung, Blitzlicht, Erlebnispädagogik, Spiele, Rollenspiele, Planspiele, Gruppen-, Partnerarbeit, Erkundung von Projekten, Arbeit mit Medien- PC, Video, Foto, Schreiben, Fallstudie, Entspannungstechniken etc.

Jedes Training wird einen bestimmten, gleichbleibenden Ablauf haben. Dies dient den Teilnehmern als Orientierung und bietet Sicherheit.

Dieses Sozialtraining ist in 4 aufeinanderfolgende Semesterblöcke aufgebaut. Diese können hintereinander, mit Pausen oder auch mit Wiederholungen nach Pausen, wenn nötig absolviert werden. Neben dem direkten Arbeiten mit den Kindern/ Jugendlichen finden pro Semesterblock 3 Elternlektionen statt. Diese bilden den Grundstein des jeweiligen Therapieziels, Überprüfen den Verlauf und sichern zum Ende des Semesters die zu erarbeitenden Ziele des nächsten Blocks. Die Einbindung der Eltern /Erziehungsberechtigten ist unerlässlich, da ihnen die zentralste Rolle bei der Erziehung ihrer Kinder zukommt. Ihre Mitarbeit, aber auch Stärkung im Umgang und Verständnis für das jeweilige Verhalten beeinflussen den Prozess positiv.

Institut RaRoBaM  
Claudia Ullrich-Fischer  
Hauptstrasse 47  
9434 Au/SG

Telefon: 071-740 15 73  
Mobil: 078-640 87 40  
Mail: info@rarobam.ch  
Web: www.rarobam.ch  
UID: CHE-482.821.620

Bankverbindung:  
Claudia Ullrich-Fischer  
IBAN: CH52 0483 5146 9474 3000 0  
BIC: CRESCHZZ80A  
CREDIT SUISSE