

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b> .....	13
<b>1 Theoretische Überlegungen</b> .....	15
1.1 Jugendalter – ein kritischer Lebensabschnitt .....	15
1.2 Ziele des Jugendalters: Unabhängigkeit und Eigenständigkeit .....	20
1.3 Verhaltensstörungen im Jugendalter .....	23
1.4 Arbeits- und Motivationsstörungen im Jugendalter .....	30
1.5 Entwicklungsverläufe .....	33
1.6 Psychologische Hilfen für Jugendliche .....	35
<b>2 Ziele des Trainings</b> .....	36
2.1 Verbesserte Selbst- und Fremdwahrnehmung .....	36
2.2 Selbstkontrolle und Ausdauer .....	41
2.3 Umgehen mit dem eigenen Körper und Gefühlen .....	42
2.4 Selbstsicherheit und stabiles Selbstbild .....	43
2.5 Einfühlungsvermögen .....	44
2.6 Umgehen mit Lob, Kritik und Misserfolg .....	45
2.7 Integration der Ziele .....	46
<b>3 Indikationsstellung</b> .....	49
3.1 Diagnostisches Vorgehen .....	49
3.1.1 Verfahren zur Selbsteinschätzung .....	49
3.1.2 Erfassung kognitiver Fähigkeiten und Fertigkeiten .....	49
3.1.3 Fremdeinschätzungen und Verhaltensbeobachtungen .....	50
3.1.4 Aktenanalyse .....	50
3.2 Zum konkreten Vorgehen .....	51
3.2.1 Selbsteinschätzung durch strukturierte Interviews .....	51
3.2.2 Selbsteinschätzung durch objektive Fragebögen .....	63
3.2.3 Fremdeinschätzung und Verhaltensbeobachtung .....	65
<b>4 Grundlagen des Vorgehens</b> .....	70
4.1 Merkmale des Trainings .....	70
4.1.1 Einzeltraining .....	71
4.1.2 Gruppentraining .....	71
4.2 Materialienbezogenes Vorgehen .....	72
4.3 Familienbezogenes Vorgehen .....	73
4.4 Institutionsbezogenes Vorgehen .....	74
4.5 Übertragung der möglichen Erfolge auf den Alltag .....	76

<b>5 Einzeltraining mit Jugendlichen</b> .....	78
5.1 Rahmenbedingungen .....	78
5.1.1 Gesprächsführung .....	78
5.1.2 Motivierung .....	81
5.2 Ziele, praktisches Vorgehen und Materialien .....	81
5.2.1 Erstkontakt .....	81
5.2.2 Einzeltraining .....	85
5.2.2.1 Beruf und Zukunft .....	85
5.2.2.2 Freizeit und Familie .....	101
5.2.2.3 Lebensschicksale und Eigenverantwortung .....	112
5.2.2.4 Schwierige Situationen und widerstehen lernen .....	122
5.2.2.5 Offenes Angebot: Eigenständiges Problemlösen .....	129
<b>6 Gruppentraining mit Jugendlichen</b> .....	132
6.1 Rahmenbedingungen .....	132
6.1.1 Gruppenzusammenstellung .....	132
6.1.2 Motivierung .....	134
6.2 Ziele, praktisches Vorgehen und Materialien .....	136
6.2.1 Erstkontakt .....	136
6.2.2 Gruppentraining .....	140
6.2.2.1 Gruppenregeln .....	141
6.2.2.2 Gefühle und Verhalten .....	147
6.2.2.3 Vorstellungsgespräche üben .....	151
6.2.2.4 Einfühlungsvermögen üben .....	155
6.2.2.5 Selbstsicherheit im Umgang mit Gleichaltrigen .....	170
6.2.2.6 Anerkennung aussprechen und loben .....	173
6.2.2.7 Akzeptieren von Außenseitern .....	177
6.2.2.8 Umgehen mit Kritik im Beruf .....	184
6.2.2.9 Umgehen mit Misserfolg .....	188
6.2.2.10 Rückmeldungen zum Training .....	192
<b>7 Schulbasiertes Vorgehen</b> .....	200
7.1 Merkmale des Vorgehens .....	200
7.2 Ziele und Inhalte .....	200
7.3 Illustration des Vorgehens: Teilmodul „Erstkontakt“ .....	203
<b>8 Effektkontrolle</b> .....	210
<b>9 Übertragung und Variation des Vorgehens</b> .....	215
9.1 Jugendarbeit .....	215
9.2 Ambulante psychologische Beratung .....	216
9.3 Entspannung .....	217
<b>Literatur</b> .....	223