DENKZEIT-Methode (Denkzeit-klassisch)

Sozialkognitives Einzeltraining für Jugendliche und Heranwachsende

Stufe 3: Effektivität nachgewiesen

Programminformationen

Ziel
Förderung von sozialkognitiven Fähigkeiten, die als Schutzfaktoren gegen Delinquenz bekannt sind (z. B. Kontrolle selektiver Wahrnehmung, Wahrnehmung und Kontrolle eigener Affekte, Abschätzung von Handlungsfolgen, Erkennen der Affektausdrücke anderer, Erkennen und Kontrolle eigener Neigung, anderen Personen feindselige Absichten zu unterstellen, Perspektivenübernahme und Empathie, moralisches Urteilsvermögen, Antizipation).

Zielgruppe

Jugendliche und Heranwachsende, die sich wiederholt dissozial und/oder gewalttätig verhalten haben und deren sozialkognitive Kompetenz nicht ausreichend entwickelt ist.
Straffällige Jugendliche und Heranwachsende, die durch die Einzelbeziehung zu einem Erwachsenen zu erreichen sind.
Jugendliche, die bereit sind, die Regeln der Trainingsteilnahme zu akzeptieren (nachdem diese in einem Erstgespräch ausführlich besprochen wurden).

Verhalten/Verhältnis
ausschließlich verhaltensbezogen

Ausschließlich verhaltensbezogene Programme setzen die Maßnahmen direkt am Individuum an, um gesundheitsbezogenes Verhalten zu beeinflussen. Dabei sollen für die Gesundheit riskante Verhaltensweisen (z.B. Rauchen, riskanter Alkoholkonsum) vermieden bzw. verändert werden sowie gesundheitsförderndes Verhalten unterstützt werden (z.B. gesunde Ernährung, Bewegung).

Methode
DENKZEIT-klassisch (ehem. DENKZEIT-JGG) ist ein wissenschaftlich fundiertes und manualisiertes sozialkognitives Einzeltraining für Jugendliche und Heranwachsende, die von einer/m Jugendrichterin oder -richter (nach § 10 JGG) zur Teilnahme an einem Denkzeit-Training verurteilt werden.
Das Training versucht, delinquenten Jugendlichen sozialkognitive Kompetenzen zu vermitteln, die sie befähigen, sich in sozialen Konflikten oder moralischen Entscheidungssituationen besser als bisher zurechtzufinden, Handlungsalternativen zu entwickeln und die Folgen des eigenen Handelns auch für andere Menschen einschätzen zu können. Der Jugendliche soll lernen, in komplexen und emotional belastenden Situationen, einen kurzen Augenblick innezuhalten (daher „DENKZEIT“), seine Affekte wahrzunehmen und moralisch begründete Entscheidungen zu treffen.
Die DENKZEIT-Methode ist ein pädagogisches Einzelverfahren, d.h. eine/ein "DENKZEIT-Trainerin oder -Trainer" (eine Person mit sozialwissenschaftlichem Studium als Hintergrund sowie Weiterbildung und Zertifizierung in der DENKZEIT-Methode) arbeitet mit einem Jugendlichen in 40 Sitzungen (zunächst: 2x 45 Min pro Woche, dann: 1x 45 Min pro Woche; über eine Gesamt-Laufzeit von ca. 9 Monaten) ein Programm durch, das sich aus vier Modulen zusammensetzt:
• Soziale Informationsverarbeitung
• Affektmanagement
• Moralisches Denken und Handeln
• Freies Training (Transfer in die Lebenswelt des Jugendlichen)
Das Programm ist manualisiert, d.h. die ersten 24 Sitzungen sind in ihren Zielen, Inhalten und Beispielen festgelegt. Die letzten 16 Sitzungen dienen dem Transfer in die Lebenswelt, das Gelernte wird anhand alltäglicher Konflikte des Jugendlichen durchgearbeitet und gefestigt.
Außerdem verfügbar: DENKZEIT-präventiv, DENKZEIT-interaktionell, DENKZEIT-JVA, DENKZEIT-Coaching

weiteres zur Zielgruppe
DENKZEIT-klassisch (ehem. DENKZEIT-JGG) ist ein Training für Jugendliche im Alter von 14 bis 21

Material
Körner, J., Friedmann, R. (2005). Denkzeit für delinquente Jugendliche: Theorie und Methode dargestellt an einer Fallgeschichte. Freiburg i. B.: Lambertus.

Kosten und Aufwand
mit (€) gekennzeichnete Posten erfordern finanzielle Leistungen an Externe

(€) Schulung für die Trainerinnen und Trainer (einmalig pro Person für den Grund- und Aufbaukurs, plus

Weiterbildungsgebühren pro Jahr). Hinzu kommen Kosten für die externe Supervision und die vierteljährliche Praxisberatung.

weitere Programminformationen
www.denkzeit.com
https://www.ipip-berlin.de/fort--und-weiterbildung/denkzeit-trainingsprogramme/

Ansprechperson
Denkzeit-Gesellschaft e.V. (Gesellschaft zur Förderung wissenschaftlich begründeter Methoden psychosozialer Arbeit mit jungen Menschen)
Innsbrucker Straße 37, 10825 Berlin
Tel.: 030-689 15 666
Mail: info@denkzeit.com
Ab 2025 ist die Weiterbildung zur Denkzeit-Trainerin/ zum Denkzeit-Trainer an das kooperierende Institut für Psychodynamisch Interaktionelle Pädagogik e. V. (IPIP) angegliedert:
IPIP (Institut für Psychodynamisch Interaktionelle Pädagogik) e. V.
Innsbrucker Straße 37, 10825 Berlin
info@ipip-berlin.de
www.ipip-berlin.de

Evaluation
Friedmann, R. (2015). Praxisrelevante Differenzierung der Handlungsmotive von Gewalttätern. Dissertation. Berlin: Humboldt-Universität Berlin.

Taubner, S., Wolter, S. (2010). What works for whom and why not? Behandlungsmöglichkeiten im Rahmen des Jugendstrafvollzugs. In: Roth, G., Hubig, S., Bamberger, H.G. (Hrsg.). Schuld un Strafe. Neue Fragen. Tagungsband. Berlin: Beck, S. 109-132.

Körner, J. (2006). Wirksamkeit ambulanter Arbeit mit delinquenten Jugendlichen. Erste Ergebnisse einer vergleichenden Studie. Zeitschrift für Jugendkriminalrecht und Jugendhilfe, 3, 267-275.

Programmbewertung

Konzeptqualität
Kriterien sind erfüllt.

Evaluationsmethode und –ergebnisse
Körner 2006:

"Quasi-experimentelle Studie mit follow up": Zwischen 1999 und 2006 wurden insgesamt 192 Jugendliche im Alter von 14 bis 21 Jahren begleitet, die zuvor von einer/m Jugendrichterin oder -richter eine Weisung für Betreuung durch die Bewährungshilfe, soziale Trainingskurse und das „Denkzeit-Training“ erhalten hatten.

Jeder Jugendliche wurde zu Beginn und am Ende der jeweiligen Maßnahme ausführlich interviewt, das dabei verwendete Messinstrument setzte sich aus standardisierten Fragebögen und auch halboffenen Interviewteilen zusammen. Insgesamt kamen 192 delinquente Jugendliche und Heranwachsende in die vergleichende Wirksamkeitsanalyse. Diese Stichprobe verminderte sich auf 128, weil Jugendliche ihre Maßnahme abgebrochen hatten oder – z. B. wegen eines anderen Strafverfahrens - abbrechen mussten. Von diesen 128 Jugendlichen hatten 42 das DENKZEIT-Training durchlaufen, 47 hatten einen Sozialen Trainingskurs absolviert und 39 waren von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Bewährungshilfe betreut worden. Es zeigte sich, dass alle drei Betreuungsformen wirksam waren im Sinne einer signifikanten Reduktion der Rückfallquote. Dabei erzielte die DENKZEIT- Methode die höchste Effektstärke, nämlich d = 1,74 (Soziale Trainingskurse 0,97, Bewährungshilfe 0,86). Der Autor der Studie weist selbst darauf hin, dass dieser Unterschied aufgrund der hohen Streuungen in der Bewährungshilfe- und Soziale Trainingskursgruppe erklärt werden kann, also nicht überbewertet werden sollte. Die Evaluation konzentrierte sich nicht auf die generelle Wirksamkeit der drei erfassten Methoden, sondern auf die Frage, ob sich die Jugendlichen, die im DENKZEIT-Training erfolgreich waren, von denjenigen unterscheiden, die von einem Sozialen Trainingskurs profitierten.

Die Ergebnisse zeigen, dass die DENKZEIT-Methode (statistisch signifikant) zu einer Reduktion der Rückfallhäufigkeit führt.

Ergebnisbewertung
(überwiegend) positiv

Evaluationsniveau und Beweiskraft

4 Sterne, hinreichende Beweiskraft

Zeit bis zu erwartbaren Auswirkungen auf Risiko- bzw. Schutzfaktoren

mittelfristig (1 bis 2 Jahre)

Programmumsetzung

erforderliche Kooperationen
Trägerinnen und Träger der Jugendhilfe

Programm probiert in
Berlin, Hamburg

Programm aufgenommen in anderen Datenbanken, best-practice-Listen o.ä.
www.jugendhilfeportal.de

WESPE - "Wissenschaftliche Erkenntnisse zu Sicherheits- und Präventionsmaßnahmen durch Evaluation" des Nationalen Zentrums für Kriminalprävention NZK

Suchzugänge

Präventionsthema

Gewalt / Delinquenz (inkl. Mobbing)
Alltagskompetenzen, Problemlösefähigkeiten

CTC-Risikofaktoren

Kinder / Jugendliche
Umgang mit Freunden mit Problemverhalten: antisoziales Verhalten
anlagebedingte Faktoren
Anerkennung von Peers für Problemverhalten
zustimmende Haltungen zum Problemverhalten: antisoziales Verhalten

CTC-Schutzfaktoren

Kinder / Jugendliche
Moralische Überzeugungen und klare Normen
Soziale Kompetenzen

Präventionsebene (nach Zielgruppe)

indiziert

Geschlecht

alle Geschlechter

Alter der Zielgruppe

14
15
16
17
18

Das Programm wurde am 01.08.2014 in die Datenbank eingestellt
und zuletzt am 28.01.2025 geändert.