

## Ausbildung in Contactivity

### Inhalt

1. Was ist Contactivity?
2. Contactivity und Neue Autorität
3. Contactivity-Lehrplan

### Was ist Contactivity

Die Prävalenz von Vermeidungsverhalten, sozialer Angst und Selbstisolation nimmt weltweit zu. Während Fachleute diese Verhaltensweisen bei jungen Menschen häufig mit Depressionen und/oder Angstzuständen in Verbindung bringen, ist es wichtig zu erkennen, dass Vermeidungsverhalten bei verschiedenen Störungen häufig eine wichtige Rolle spielt. Daher ist es dringend erforderlich, unsere Behandlungsansätze zu erweitern, um Vermeidungsverhalten wirksam zu behandeln (siehe Abbildung 1).

Abbildung 1: Vermeidungsverhalten und verwandte Störungen



Contactivity (Neue Autorität für Vermeidung) wurde speziell entwickelt, um dieser Herausforderung zu begegnen. Dieses Modell hilft Eltern von vermeidenden Kindern und Jugendlichen sowie Lehrern und Erziehungsteams, die versuchen, diesen jungen Menschen zu helfen, sich aber oft frustriert und hilflos fühlen, wenn der junge Mensch sich weigert, zu kooperieren und sich helfen zu lassen.

### Contactivity und Neue Autorität

Ursprünglich wurde Neue Autorität als Behandlungsmodell entwickelt, um Eltern zu helfen, die sich hilflos fühlen und nicht in der Lage sind, wirksam mit dem widerspenstigen, störenden oder gewalttätigen Verhalten ihrer Kinder umzugehen. Im Gegensatz zu "Verhaltensproblemen" sind Vermeidungsverhaltensweisen jedoch nicht von Natur aus aggressiv, und die Dynamik, die zu diesen beiden Arten von Reaktionen führt, sie aufrechterhält und schließlich auflöst, unterscheidet sich grundlegend. Diese Unterscheidungen machen es erforderlich, das ursprüngliche Modell der Neuen Autorität, um Vermeidungsverhalten zu erweitern (siehe Tabelle 1).

**Tabelle 1:** Vergleich zwischen Neuer Autorität und Contactivity

	Neue Autorität	Contactivity
Wichtigstes zwischenmenschliches Problem	Eskalation	Unterbrechung, Entfernung
Qualität des kindlichen Verhaltens	unter Kontrolle, widerspenstig, explosive	übermäßige Kontrolle, übermäßig zurückhaltend
Veränderung ist ein Ergebnis von	unilaterale Maßnahmen	Kontaktaufnahme
Qualitäten der elterlichen Präsenz	Mut, Selbstbeherrschung, Ausdauer	Anziehungskraft, Geduld, Optimismus

Dementsprechend kann die Ausbildung in Neue Autorität zwar eine gute Grundlage für die Ausbildung in Contactivity bieten, ist aber keine Voraussetzung (man kann zuerst in Contactivity und später in Neue Autorität trainieren). Darüber hinaus vermittelt der Unterricht und die Ausbildung in New Authority den Fachkräften nicht das Wissen und die Kompetenz, Contactivity (sei es in der Behandlung oder im Unterricht) zu nutzen, ohne selbst den Zertifizierungsprozess zu durchlaufen.

## Contactivity-Lehrplan und Ausbildungsprozess

Es gibt zwei Möglichkeiten, eine Contactivity-Ausbildung zu absolvieren:

- Ausbildungsweg - Teilnahme an einem Contactivity-Workshop
- Zertifizierungsweg - Teilnahme an den Workshops Contactivity 1 und 2 + ein Supervisionstag

### Das Ausbildungsprogramm im Zertifizierungskurs

Alle Workshops bestehen aus theoretischen Vorträgen und praktischen Übungen und Erfahrungen. Im Rahmen der Ausbildung werden die folgenden Themen behandelt:

<p><b>Contactivity 1</b></p> <p>in Kontakt treten und motivieren</p>	<p>Ein starkes und stabiles Selbstwertgefühl beruht auf echten und gesunden Beziehungen, sowohl zu anderen als auch zu sich selbst. Solche Beziehungen fördern Vitalität, Motivation, emotionale Belastbarkeit und Mitgefühl mit sich selbst, auch angesichts von Misserfolgen. Um solche gesunden Beziehungen zu entwickeln und zu pflegen, brauchen vermeidende Menschen unsere Hilfe. Selbst wenn sie scheinbar zufrieden sind, wenn sie sich nicht um ihre Isolation zu kümmern scheinen, wenn sie keinen Wunsch oder keine Motivation zur Veränderung zeigen - sie brauchen unsere Hilfe, um aus der Festung auszubrechen, die sie um sich herum errichtet haben.</p> <p>In Contactivity 1 lernen wir:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Was ist Vermeiden? Warum wählen so viele Kinder und Jugendliche den Weg des Vermeidens?</li> <li>• Wie Technologie und Kultur Vermeidungssituationen verstärken</li> <li>• Einführung in die zehn Grundprinzipien der Kontaktfähigkeit</li> <li>• Die Dynamik von "Verlangen und Rückzug" und wie man sie überwinden kann</li> <li>• Die Emotionen des Vermeidens kennenlernen: Scham und Angst</li> <li>• Die Trennung zwischen normalem Leben und virtuellem Leben - wie Computerspiele einem Kind, das vermeidet,</li> </ul>
--	--

	<p>helfen können, wieder mit sich selbst in Kontakt zu kommen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertrautheit mit den drei Ebenen der Vermeidung (selbst, andere, Gruppe)</li> <li>• Systemisches Spiegeln: eine Intervention zur Wiederherstellung der Verbindung mit sich selbst und anderen</li> <li>• Connecting Sit-in: Wie man ein Gespräch mit einer vermeidenden Person führt</li> <li>• Leitlinien zur Unterstützung von Kindern, die unter Schulverweigerung leiden</li> </ul>
<p><b>Contactivity 2</b></p> <p>Wie man dazugehört?</p>	<p>In der heutigen Welt scheint es immer schwieriger zu werden, die Komplexität der Zugehörigkeit zu bewältigen. Infolgedessen fühlt sich eine wachsende Zahl von Menschen isoliert, ohne eine Gruppe oder Gemeinschaft, in der sie sich wirklich "zu Hause" fühlen. Besonders akut ist dieses Problem für vermeidende Menschen, die oft auf erhebliche Hindernisse stoßen, wenn sie ein Gefühl der Zugehörigkeit empfinden. Sie können sich leicht vernachlässigt, unterschätzt und von anderen abgelehnt fühlen.</p> <p>Dieses Modul soll jungen Menschen dabei helfen, ein Gefühl der Zugehörigkeit zu kultivieren - in der Familie, im Freundeskreis, in der Schule und in der weiten Welt. Wir wollen die verschiedenen Erfahrungen analysieren, die ein Gefühl der Zugehörigkeit fördern, und Strategien entwickeln, um diese Erfahrungen in verschiedenen sozialen Umgebungen zu fördern.</p> <p>In Contactivity 2 lernen wir:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warum ist es so schwierig, ein Gefühl der Zugehörigkeit zu entwickeln?</li> <li>• Der Verlust von Bedeutung und wie man sie wiederherstellen kann</li> <li>• Wie kann man einem vermeidenden Schüler in der Schule helfen, sich mit sich selbst und anderen zu verbinden?</li> <li>• Lernen, Geschichten zu erzählen, die zu einer Verbindung führen</li> <li>• Fortgeschrittene systemische Spiegelungstechniken</li> <li>• Wie man die Motivation der vermeidenden Person steigert</li> <li>• Wie man Unterstützer in Vermeidungszuständen einsetzt</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wie man dem vermeidenden Schüler hilft, sich mit der Gruppe zu verbinden und ein Gefühl der Zugehörigkeit zu entwickeln</li> <li>• Was passiert, wenn der vermeidende Teenager aggressiv wird.</li> <li>• Richtlinien für Hausbesuche</li> <li>• Wie man den Schüler nach längerer Abwesenheit zurückbringt</li> </ul>
<b>Supervision</b>	Ein praktischer Tag, an dem an Fällen gearbeitet wird, und die verschiedenen Interventionen in spezifischen Situationen umgesetzt werden