

Soziale Kompetenztraining für Kinder und Jugendliche

Als Soziale Kompetenz (soft skills) bezeichnet man die Fähigkeit mit Mitmenschen, einfühlsam, souverän, fair und konstruktiv umzugehen. Dazu gehören Teamfähigkeit, Empathie, sowie das konstruktive Lösen von Konflikten, die Bereitschaft zur Kooperation und Rücksicht auf Umwelt und Mitmenschen, Ehrlichkeit und Verlässlichkeit.

Das bedeutet auch mit eigenen Gefühlen konstruktiv in der Interaktion umzugehen und die Gefühle und Stimmungen Anderer wahrzunehmen (emotionale Intelligenz).

Es existiert keine allgemeine anerkannte Definition der sozialen Kompetenz. Was als sozial kompetent angesehen wird, ist abhängig von der Kultur, den Gruppennormen und ggf. des Geschlechts.

Grundsätzlich kann man sagen, dass sich soziale Kompetenz auf alle Fertigkeiten, die für ein zufrieden stellendes Zusammenleben erforderlich sind, beziehen. Solche Fertigkeiten setzen folgende Teilfertigkeiten voraus:

- eine differenzierte soziale Wahrnehmung
- eine komplexe soziale Urteilsfähigkeit und
- ein umfassendes Repertoire an sozialen Handlungsweisen

Die sozialen Fertigkeiten orientieren sich an den Anforderungen einer Situation, den Ressourcen und den persönlichen Bedürfnissen der Beteiligten, aber auch an gesellschaftlichen Normen. Diese umfassen mindestens die folgenden 5 Aspekte:

1. Fähigkeit der Perspektivübernahme (Empathie)
2. Erkennen des Stellenwertes von Freundschaften
3. Problemlösestrategien für soziale Interaktionen
4. Entwicklungen von moralischen Wertvorstellungen
5. Kommunikative Fähigkeiten

(Jugert, „Soziale Kompetenz für Jugendliche“, 2007)

Das Fundament eines Sozialen Kompetenztraining mit Kindern- und Jugendlichen sind dabei die Bausteine „Soziale Wahrnehmung“, „Emotionale Intelligenz“, „Kommunikation“ und „Resilienz“.