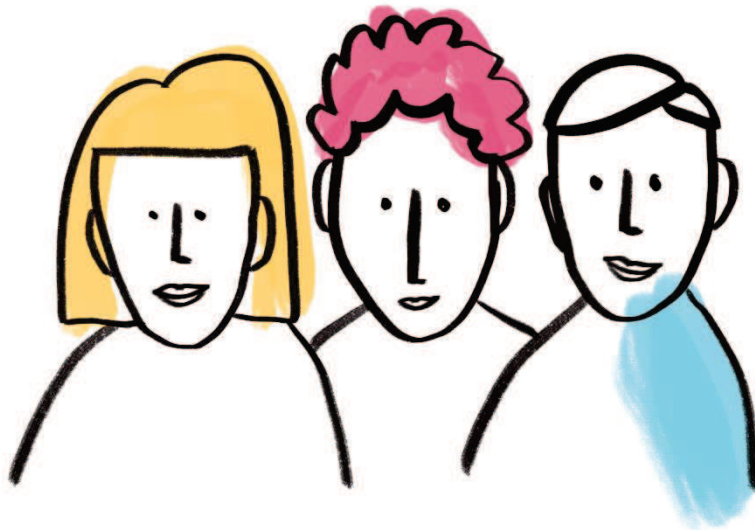


Newsletter START NOW Prävention

März 2019



START NOW 7 kommt ins Rollen

Die ersten Schulen und Heime haben das START NOW Training erfolgreich durchgeführt.

Das Training erfolgreich durchgeführt.

Projektleiterin der UPK
PD Dr. Noortje Vriends

Leitung START NOW
Prof. C. Stadler

Nachdem Trainerpaare im Herbst und Winter 2018 für das Skillstraining für Emotionsregulation START NOW geschult wurden, haben diese angefangen das Training mit den Jugendlichen durchzuführen. Gewisse Trainer boten das Training einer Gruppe Jugendlichen aus unterschiedlichen Klassen an, wobei andere Trainerpaare START NOW mit Halbklassen durchführten. Im Zentrum Erlenhof wurde das Training in mehreren Wohngruppen angeboten, darunter auch Wohngruppen für Minderjährige Unbegleitete Asylsucher. Alle Trainerpaare konnten zur Unterstützung von 2 Supervisionssitzungen profitieren. Am Ende des Trainings bekamen die Jugendlichen ein Zertifikat, welches bestätigt, dass sie START NOW 7 erfolgreich abgeschlossen haben. Auf den Bildern sind die stolzen Jugendlichen der Klasse von Judith Roethlin und Jens Müller, Sekundarschule St. Alban, Basel, zu sehen (zur Anonymitätswahrung durften die Jugendliche das Zertifikat vor dem Gesicht halten).



Hiermit gratulieren wir allen Trainern, die nun erfolgreich, die Schulung, das Training und die Supervisionen abgeschlossen haben!



Rückmeldungen während der Supervision

Es fanden bisher mehr als 7 Supervisionssitzungen statt, während denen die Trainer die Gelegenheit hatten, sich über START NOW auszutauschen, Fragen zu stellen und Unterstützung bezüglich Schwierigkeiten bei der Durchführung zu erhalten. Die Rückmeldungen zum Programm fielen positiv aus. Die Befürchtung, dass Jugendliche beispielsweise Schwierigkeiten hätten, bei den Achtsamkeitsübungen mit zu machen, trat kaum ein. Weiterhin wurde mehrmals von den Trainern erwähnt, dass vor allem die Grundsteine von START NOW wie beispielsweise die motivierende Gesprächsführung, eine positive Wirkung auf den Alltag hatten.

Bezüglich der Umsetzung der erlernten Skills zur Emotionsregulation, seien bei den Jugendlichen keine Wunder geschehen. Jedoch waren bei jeder Gruppe bereits Ansatzpunkte der Umsetzung wahrnehmbar. Ebenfalls berichteten viele Trainer, selber gewissen START NOW Skills im Alltag zu üben.

Evaluation läuft

Um das Projekt zu evaluieren, werden online Fragebögen vor und nach dem Training bei den Jugendlichen und bei den Trainern erhoben. Es werden Fragen zum Umgang mit Gefühlen, Selbstwirksamkeit, Klassenstimmung und Wohlbefinden gestellt. Mit den Fragebögen möchten wir herausfinden, wie Jugendliche, aber auch Trainer vom START NOW Training profitieren können. Selbstverständlich ist das Ausfüllen des Fragebogens komplett anonym und freiwillig. Darüber hinaus hat die Ethikkommission Nordwestschweiz den Fragebogen überprüft.



Was steht an?

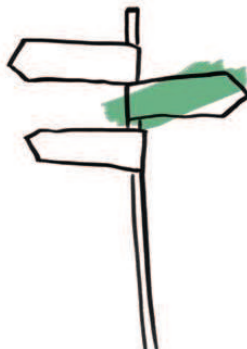
In den kommenden Monaten finden weitere Schulungen für die Trainer statt. Sowohl in Basel-Stadt als in Basel-Land gibt es noch reges Interesse START NOW in den Schulen und Jugendhilfeeinrichtungen zu integrieren.

Am **6. November 2019** wird ein grösseres Vernetzungstreffen zum Zweck des Austausches der Trainer stattfinden. Zusätzlich werden Workshops zur Vertiefung angeboten.

Eine Verfestigung von START NOW in den beiden Kantonen wird mit den wichtigsten Playern besprochen und überlegt.

Erreichte Ziele

*40 Trainer wurden für die Durchführung von START NOW geschult.
*5 Gruppen haben das Training bereits erfolgreich durchgeführt.
*Aktuell haben bereits mehr als 250 Jugendliche das Skillstraining zur Emotionsregulation START NOW angefangen oder abgeschlossen.



Kontakt

Noortje.vriends@upk.ch
Christina.stadler@upk.ch
Startnow@upk.ch

Universitäre Psychiatrische
Kliniken (UPK) Basel
Wilhelm Klein-Strasse 27
4002 Basel