

# Triple P Positives Erziehungsprogramm

Dr. Yvonne von Wulfen  
Triple P Deutschland



# Was ist Triple P?

- Positive Parenting Program - Trainingsprogramm für Positive Erziehung
- Unterstützung für Eltern in Abhängigkeit von Bedarf und Risikofaktoren
- Prävention und Intervention
- nutzt Stärken und Ressourcen der Familien
- systematische Evaluation



# Ziele von Triple P

- Förderung einer positiven Eltern-Kind-Beziehung
- Steigerung der elterlichen Kompetenz
- Ersetzen von dysfunktionalem Erziehungsverhalten
- Förderung der kindlichen Entwicklung
- Reduktion kindlicher Verhaltensprobleme
- Verbesserung der Kommunikation über Erziehung
- Reduktion von mit Erziehung verbundenem elterlichem Stress



# Grundhaltung

## Therapeutisch / beraterische Grundhaltung

- Ressourcenorientierung
- Verhaltensorientierung
- Suffizienz
- Selbstregulation

# Grundprinzip der Selbstregulation

- Förderung individueller Verantwortlichkeit für Erziehungsentscheidungen
- Förderung der Selbstwirksamkeitsüberzeugung durch Vermittlung von Selbstmanagementfähigkeiten
- Nutzung von Ressourcen
- Betonung der Bedeutung von selbstständigem Problemlösen in der Zukunft

# „Prompten“

- Die Eltern durch einen minimalen Hinweis befähigen, selber eine Lösung/ Handlungsalternative zu finden
- to prompt someone = jemandem auf die Sprünge helfen
- Ziel: Selbständiges Problemlösen bei den Eltern fördern
- Bsp.: Was lernt ihr Kind dabei? Wie könnten Sie Ihr Kind dabei unterstützen?

# Erziehungsfertigkeiten

- **Aufbau einer positiven Beziehung**  
(z.B. Wertvolle Zeit, Reden, Zuneigung zeigen)
- **Förderung der kindlichen Entwicklung**  
(z.B. spannende Beschäftigungen, loben, Aufmerksamkeit schenken)
- **Beibringen neuer Fertigkeiten und Verhaltensweisen**  
(z.B. beiläufiges Lernen, Modellernen, Fragen-Sagen-Tun, Punktekarten)
- **Umgang mit schwierigen Situationen und problematischem Verhalten**  
(z.B. Familienregeln, logische Konsequenzen, klare, ruhige Anweisungen, Stille Zeit/ Auszeit)
- **Vorbeugen, Vorausschauen**  
(z.B. Aktivitätenpläne, Risikosituationen)

# Triple P Interventionsebenen

- **Ebene 1 – Universelles Triple P**
  - Informationen über Erziehung
- **Ebene 2 – Erste Hilfe Triple P**
  - Triple P-Kurzberatung
- **Ebene 3 – Erste Hilfe Triple P**
  - Triple P-Kurzberatung mit Übungen
- **Ebene 4 – Triple P-Elterntaining**
  - Einzeltraining, Gruppentraining oder Training unter Selbstanleitung
- **Ebene 5 – Erweitertes Triple P**
  - Erweiterte Intervention auf Familienebene



# Mehrebenenmodell

## **Ebene 5**

Erweitertes Triple P

## **Ebene 4**

Triple P Elterntraining

## **Ebene 3**

Triple P Kurzberatung mit Übungen

## **Ebene 2**

Triple P Kurzberatung

## **Ebene 1**

Universelles Triple P

# Inhalt und Struktur der Kurzberatungen

- **Sitzung 1** – Eingangsgespräch und Beginn der Verhaltensbeobachtung
- **Sitzung 2** – Einschätzung des Problems, Festlegen von Veränderungszielen, Einführung der positiven Erziehungsfertigkeiten
- **Sitzung 3** – Besprechen der Umsetzung der Erziehungsfertigkeiten und Einsatz weiterer Fertigkeiten
- **Sitzung 4** – Über Erfolge sprechen, Abschluss des Programms



# Inhalt und Struktur des Gruppentrainings

- **Sitzung 1: Positive Erziehung**
  - Grundregeln, Ursachen, Ziele, Verhaltensbeobachtung
- **Sitzung 2: Förderung der kindlichen Entwicklung**
  - Eltern-Kind-Beziehung, Förderung von angemessenem Verhalten und neuen Fertigkeiten
- **Sitzung 3: Umgang mit Problemverhalten**
  - Erziehungsfertigkeiten zum Umgang mit unangemessenem Verhalten
- **Sitzung 4: Vorausplanen**
  - Bedürfnisse der Eltern, Risikosituationen
- **Sitzung 5-7: individuelle Telefonkontakte**
- **Sitzung 8: Abschlusssitzung**

# Häufige Erziehungsfallen

- Ignorieren von erwünschtem Verhalten
- Vorbild der Eltern
- Eskalationsfallen
- Anweisungen geben
- Wirkungsloser Gebrauch von Strafen
  - Konsequenzen angedroht, aber nicht ausgeführt
  - Inkonsequenz: mal ja, mal nein
  - Im Zorn erteilte Strafe

# Systematische Verhaltensbeobachtung

- Verhaltenstagebuch
  - Beschreibung des Problemverhaltens
  - Ort und Uhrzeit
  - Auslöser
  - Konsequenzen
- Häufigkeitsbögen
- Zeitdauerprotokolle

# Förderung von angemessenem Verhalten

- Anerkennen, Wertschätzen und Loben
- Lob kommt am besten an, wenn Sie es:
  - Klar und spezifisch formulieren
  - Positiv formulieren
  - Verhalten beschreiben
  - Ehrlich meinen
  - Begeistert aussprechen

# Inhalt und Struktur des Einzeltrainings

**Sitzung 1: Eingangsgespräch + Diagnostik**

**Sitzung 2: Ziele vereinbaren**

**Sitzung 3: Beziehung und kindl. Entwicklung fördern**

**Sitzung 4: Umgang mit problematischem Verhalten**

**Sitzung 5-7 (oder mehr): Übungssituationen mit dem Kind**

**Sitzung 8-9 : Vorbeugen und Pläne**

**Sitzung 10: Abschluss, Transfer**

# Verwendete Methoden im Training

- Informations- und Explorationsgespräche
- Praktische Übungen, Rollenspiele, Coaching
- Strukturierte Beobachtung der Eltern-Kind-Interaktion
- Videobeispiele
- Arbeitsbuch für die Eltern
- Beobachtungsmethoden für die Eltern
- Übungen für die Zeit zwischen den Sitzungen

# Fallbeispiel: Familie Wolf

## Ausgangssituation

- Vater: Lagerarbeiter, seit einigen Monaten arbeitslos
- Mutter: nicht berufstätig
- Hohe Verschuldung, Harz-IV-Empfänger
- Vorübergehender Entzug des Sorgerechts, alle Kinder wurden wegen Verwahrlosung und Entwicklungsverzögerungen fremduntergebracht.
- Zuweisung:  
Sorgerechtsverfahren: Gutachter empfiehlt Triple P ET zur Verbesserung der Erziehungskompetenz,  
⇒ Auflage des Jugendamts



# Fallbeispiel: Familie Wolf

## Ausgangssituation

- Die Kinder:
    - Franz, 11 Jahre, 4. Kl. Grundschule, seit einigen Wochen wieder zuhause
    - Maria, 8 Jahre
    - Tobias, 7 Jahre
    - Nadine, 5 Jahre } im Kinderhaus
  - Martin, 3 Jahre, in Bereitschaftspflege, soll zum Jahresende ins Kinderhaus wechseln
  - Lara, 11 Monate, lebt bei den Eltern
- 
- Die Helfer:
    - Familienpflegerin
    - Bindungstherapeutin
    - Schuldnerberaterin
    - Jobberater
    - Pflegemutter
    - Erzieher d. Kinderhaus

# Aktuelle Probleme

- Finanzielle Schwierigkeiten
- Verlust der Wohnung droht wegen Rückzahlungen unberechtigt bezogener Sozialleistungen
- Mutter leicht depressiv
- Vater sehr nachgiebig
- Stress

# Aktuelle Probleme: Stress

- Konflikte mit den Großeltern, die den Kindern „alles geben und erlauben“
- Viele Termine (mit Helfern, Besuche bei den Kindern im Kinderhaus und in der Pflegefamilie, abholen und bringen der Kinder)
- „ständig unter Beobachtung stehen“, ständig kritisiert werden
- Mutter ist für sämtliche Aufgaben im Haushalt allein zuständig, ist damit überfordert

# Verhaltensprobleme der Kinder

- Häufige Auseinandersetzungen der größeren Kinder untereinander
- Franz „kommandiert“ die Geschwister herum, ist frech zu den Eltern, meist erledigt er seine Hausaufgaben nicht oder unvollständig
- Tobias stößt und schlägt das Baby, zerstört Dinge
- Nadine akzeptiert keine Regeln, kann sich nicht an Absprachen halten, Reagiert mit Wutausbrüchen

# Inhalt und Struktur des Einzeltrainings

**Sitzung 1: Eingangsinterview + Diagnostik**

**Sitzung 2: Ziele vereinbaren**

**Sitzung 3: Beziehung und kindl. Entwicklung fördern**

**Sitzung 4: Umgang mit problematischem Verhalten**

**Sitzung 5-7 (oder mehr): Übungssituationen mit dem Kind**

**Sitzung 8-9 : Vorbeugen und Pläne**

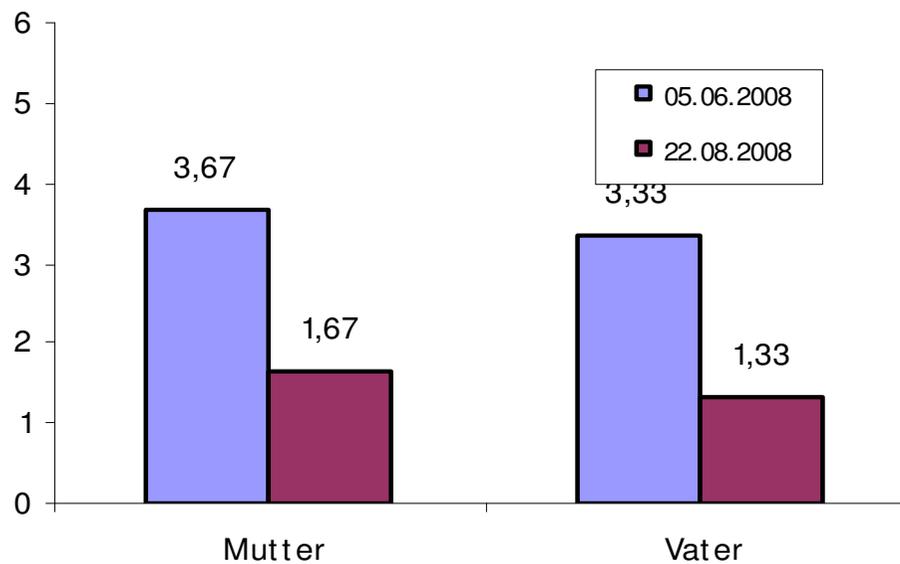
**Sitzung 10: Abschluss, Transfer**



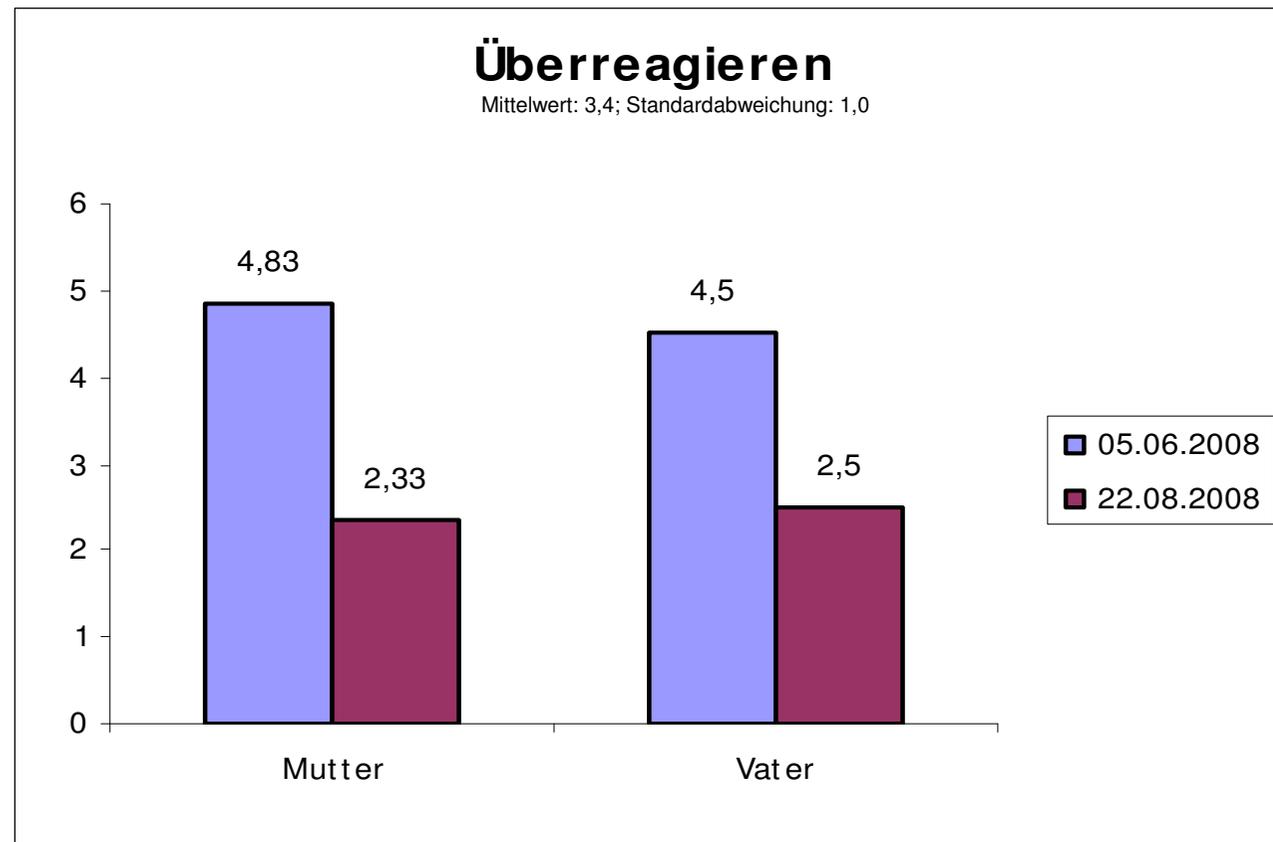
# Veränderung EFB-K

## Erziehungstil: Nachgiebigkeit

Mittelwert: 2,5; Standardabweichung: 0,9



# Veränderung EFB-K



# Aktuelle Forschung in Deutschland

- Große DFG-Studie (Projekt „Zukunft Familie“) zu universeller Prävention an der TU Braunschweig (2001-2006)
- Triple P für sozial benachteiligte Familien; Studie der Jacobs-Stiftung und der TU Braunschweig (seit 2003)
- Stepping Stones Forschungsprojekt: Multicenter-Studie unter Beteiligung zahlreicher Sozial-pädiatrischer Zentren
- Evaluation der Triple P-Kurzberatungen (Kooperation zwischen Jugendamt, Westfälischer Wilhelms-Universität & PAG)
- Untersuchung der Effekte des Gruppentrainings unter Praxisbedingungen (1999-2005)



# Wirksamkeit

- Triple P hilft elterliche Erziehungskompetenz zu verbessern, dysfunktionales Verhalten (wie z.B. schlagen) zu ersetzen
- Triple P verbessert die emotionale Befindlichkeit der Kinder
- Triple P verringert Verhaltensauffälligkeiten
- Effekte sind kurz und langfristig (2 Jahre) nachweisbar
- Effekte sind auch in Praxissettings nachweisbar
- Triple P senkt sowohl die Inzidenz- als auch die Prävalenzrate von Verhaltensauffälligkeiten deutlich



# WHO / Nice

- **WHO** (World Health Organization) und **Nice** (National Institute for Health and Clinical Excellence) heben Triple P als beispielhaftes Erziehungstraining hervor
- WHO: **Triple P als ein positives Beispiel zur Stressreduktion und Stärkung der psychischen Abwehrkräfte...**
  - Besonderheit: Mehrebenenansatz von Triple P, der sowohl universelle, selektive als auch indizierte Prävention ermöglicht
  - Bericht des Nice: Triple P wird als vorbildlich herausgestellt, da es die entscheidenden Aspekte eines effektiven Elterntrainings beinhaltet.



# Zeit für Fragen



# Weitere Informationen



[www.triplep.de](http://www.triplep.de)

**Telefon: 0251 / 51 89 41**

**Fax: 0251 / 200 79 200**

